### АННОТАЦИЯ

## Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по виду спорта «Дзюдо» (разноуровневая) включает в себя 3 уровня сложности (ознакомительный, базовый и углубленный). Целями данной программы являются: физическое развитие, оздоровление и укрепление организма ребенка посредством обучения основам техники дзюдо.

**Форма обучения**: очная.

**Режим занятий.** Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (45 мин.) и с учетом возрастных особенностей обучающихся: не более 2-х часов.

Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 30 июня.

Возраст обучающихся от 6 до 18 лет.

#### Минимальный возраст лиц для зачисления и минимальная наполняемость групп.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Уровень | Минимальный возраст для зачисления в  группы (лет) | Минимальная наполняемость групп (человек) |
| СО ОУ | 6 | 15 |
| СО Б-1 | 7 | 15 |
| СО Б-2 | 8 | 15 |
| СО Б-3 | 9 | 15 |
| СО У-1 | 10 | 15 |
| СО У-2 | 11 | 15 |
| СО У-3 | 12 | 15 |
| СО У-4 | 13 | 15 |
| СО У-5 | 14 | 15 |

***Объем программы***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень | Ознакомительный | Базовый | | | Углубленный | | | | |
| СО ОУ | СО  Б-1 | СО  Б-2 | СО  Б-3 | СО  У-1 | СО  У-2 | СО  У-3 | СО  У-4 | СО  У-5 |
| Количество часов в неделю | 4 | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| Общее количество часов в год | 168 | 252 | 252 | 252 | 336 | 336 | 336 | 420 | 420 |