

# САМБО

## Направленность программы

Физкультурно-спортивная

## Виды деятельности

Самбо

## Возраст обучающихся

7 лет - 17 лет

## Количество модулей - 5

**Цель программы** - всестороннее гармоничное развитие подрастающего поколения, владеющего приемами самообороны и навыками ведения поединков.

## Аннотация

Борьба самбо – один из популярнейших среди молодежи видов спорта, имеющий огромное воспитательное, оздоровительное и прикладное значение. Занятия борьбой в полной мере обеспечивают: укрепление здоровья и всестороннее гармоничное развитие юных спортсменов и их физической подготовленности; формирование жизненно важных двигательных умений и навыков, составляющих основу техники и тактики борьбы, а так же необходимых в быту, трудовой и оборонной деятельности; вооружение юных спортсменов специальными знаниями; нравственное воспитание юных спортсменов; воспитание основных психических качеств; привитие навыков личной и общественной гигиены, подготовку инструкторов-общественников и судей по борьбе.