

Аннотация к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Самбо»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Самбо».

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;
- Устава МБУДО «ДЮСШ» Никольского района

Актуальность программы.

- Актуальность программы обусловлена необходимостью сохранения и укрепления здоровья, формирования навыков ЗОЖ у детей и подростков.
- Занятия спортивной борьбой - Самбо выступают одними из стратегических задач физического воспитания детей и подростков. Эффективность их решения во многом зависит от субъективных факторов, и, прежде всего от личностного отношения к своему здоровью и образу жизни.
- Особо актуально решение этой задачи в подростковом возрасте, в период, когда ценностные отношения подростков к своему здоровью и здоровому поведению, начинают складываться в устойчивую систему.

Новизна программы. Заключается в изменении структуры, согласно требованиям к дополнительным образовательным программам; в обновлении содержания, включающего современный стиль спортивной борьбы - самбо.

Отличительные особенности программы «Самбо»

1. Систематизировано содержание программы в соответствии с требованиями Министерства образования РФ.

2. Изменены формы и методы обучения, позволяющие осваивать более «уплотненно» как теоретические, так и практические вопросы. К таким формам теоретического и практического обучения относятся:

- метод интенсивного обучения, когда учащемуся сразу дается большой объем информации, который осваивается им в практической деятельности.

Педагогическая целесообразность программы

В основе программы лежит идея формирования положительной мотивации к занятиям спортом, создания условий для реализации спортивного потенциала учащихся, организация занятости подростков в вечернее время, с целью изолирования их от негативного влияния улицы.

Программа составлена с учётом общедидактических принципов и ведущих положений педагогики, психологии, теории и методики физического воспитания и развития учащихся. Предусмотрен комплексный подход к отбору программного содержания и методики проведения занятий по спортивной борьбе. В ходе реализации программы большое внимание уделяется игровому методу, упражнениям на координацию движений, реакций; особое внимание уделяется темам по пропаганде здорового образа жизни. Реализуются инновационные технологии по физической культуре, которые направлены на развитие у учащихся жизненно необходимых двигательных умений и навыков, развитие таких физических качеств как сила, ловкость, выносливость, гибкость, быстрота.

При организации образовательного процесса применяются современные информационные технологии. Занятия спортивной борьбой - самбо включают большой объем теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому использование современных информационных технологий позволяет эффективно решать эту проблему. Используя компьютерные технологии в образовательном процессе, занятие становится более интересным, наглядным и динамичным. Многие объяснения техники выполнения разучиваемых движений, исторические документы и события, биографии спортсменов, освещение теоретических вопросов различных направлений не могут быть показаны воспитанникам непосредственно. Поэтому необходимо использовать различные виды наглядности.

Цель программы: формирование духовно – нравственной, физически развитой и здоровой личности подростка средствами занятий спортивной борьбой - самбо.

Программный материал объединен в целостную систему подготовки и для поставленной цели предполагает решения следующих задач: **Образовательные:**

- изучение теоретических основ и правил борьбы самбо, знакомство с историей данного вида спорта;
- изучение и овладение базовыми приемами, элементами техники и тактики борьбы Самбо (на 1, 2, 3 год) и углубленными знаниями по технике и тактике (4 и 5 год);
- овладение необходимыми навыками безопасного падения на различных покрытиях (в том числе не только в условиях спортзала);
- обучение безопасным приемам выполнения физических упражнений;
- обучение основным приемам контроля физического самочувствия;
- обучение основам судейской практики.

Развивающие:

- общее оздоровление учащихся и развитие физических качеств (силы, выносливости и самостоятельности у учащихся);
- развивать культуру поведения, коммуникабельность учащихся, их социальная адаптация в среде сверстников;

- формировать устойчивый интерес, мотивацию к занятиям самбо и к ведению здорового образа жизни. Воспитательные:
- формировать потребности в здоровом образе жизни и стремления работать над собой;
- воспитывать ответственность и самодисциплину у учащихся;
- готовить настоящих защитников Родины, способных защитить себя и помочь остальным;
- воспитывать чувство уважения к окружающим, умение общаться со взрослыми и своими сверстниками, учащимися других возрастных групп;
- приобщать к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- воспитывать моральные и волевые качества;
- воспитывать чувства толерантности к другим и умения «стоять за себя»;
- воспитывать чувство справедливости, вежливое отношение к сопернику.

Воспитательные:

- создание условий для формирования ценности слаженного помогающего командного взаимодействия в условиях внешних соревнований и подготовки к ним;
- создание условий для формирования рефлексивных способностей;
- создание условий для формирования эмоциональной устойчивости;
- создание условий для введения учащихся в этику нравственных отношений, усвоения и присвоения её учащимися;
- создание условий для проживания ситуаций этического поведения в спортивном сообществе.

Продолжительность освоения программы – 5 лет обучения

1, 2, 3 год обучения – *базовый уровень*

4, 5 год обучения – *продвинутый уровень*.

В основу программы положены следующие **педагогические принципы**:

- Принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей учащегося;
- Принцип доступности, последовательности
- Принцип наглядности, занимательности

Формы работы: групповые.

Методы и приемы работы:

- эстафеты

- игры

- соревнования

Ожидаемые результаты обучения по программе:

По окончании программы учащиеся будут

знать:

- Правила борьбы самбо

➤ Специальную терминологию, название технических приемов борьбы

➤ Приемы взаимодействия с партнерами

уметь:

➤ Владеть техникой и тактикой самбо

➤ Технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спорта

Методическое обеспечение программы

➤ Картотека комплексов упражнений

➤ Диагностические карты по усвоению знаний, умений, навыков

Критерии оценки результативности программы:

➤ Полная диагностика уровня физического развития учащегося (Приложение №1)

➤ Участие в соревнованиях

Контроль:

➤ Наблюдение

➤ Тестирование

Участие в соревнованиях

Особенности организации образовательного процесса

Ожидаемые результаты реализации первого года обучения

Учащиеся будут знать:

- первоначальные понятия о технике и тактике спортивной борьбы;
- контроль динамики, стабильности спортивных результатов по различным критериям и показателям спортивного мастерства;
- основные правила проведения соревнований.

владеть:

- специальной терминологией;
- основными видами движений и правила их выполнения;
- основными видами стоек и схваток единоборств.

уметь:

- выполнять физические, акробатические упражнения для развития, упражнения для развития скоростно-силовых качеств, упражнения для развития специальной выносливости, ловкости;
- выполнять основные виды стоек и схваток единоборств;

- выполнять общеподготовительные и специально-подготовительные упражнения с учетом индивидуальных особенностей;
- выполнять запланированные тренировочные и соревновательные нагрузки;
- взаимодействовать в учебной и игровой деятельности.

Ожидаемые результаты реализации 2 года обучения:

Учащиеся будут знать:

- основные технико-тактические действия в основных видах стоек и схваток;
- виды соревнований, характер и способы проведения.

уметь:

- выполнять оздоровительные, укрепляющие, специальные физические упражнения по спортивной борьбе;
- выполнять приемы повышенной сложности;
- выполнять акробатические упражнения для развития координации;
- технично правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Ожидаемые результаты реализации 3 года обучения

Учащиеся будут знать:

- технику комбинирования приемов во время схваток и стоек;
- технико-тактические действия в условиях ведения поединков с разными соперниками;
- систему проведения соревнований.

Уметь:

- владеть техникой и тактикой ведения схватки.

Ожидаемые результаты реализации 4 года обучения

Учащиеся будут знать:

- технику комбинирования приемов во время схваток и стоек;
- технико-тактические действия в условиях ведения поединков с разными соперниками;

Уметь:

- владеть техникой и тактикой самбо.

Ожидаемые результаты реализации 5 года обучения

Учащиеся будут

Знать:

- терминологию
- владеть основами техники и тактики борьбы

Уметь:

- выполнять технические и тактические приемы игры
- организовывать и проводить самостоятельно занятия
- грамотно и технично выполнять заданные комбинации