УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОПОКРОВСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА «РОДНЫЕ ИСТОКИ» СТАНИЦЫ
НОВОПОКРОВСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
НОВОПОКРОВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
ЦТ «Родные истоки».
Протокол № 1
от «31» августа 2026 г.

Утверждаю _____
директор МАУДО ЦТ «Родные истоки» В.А. Мышкин
Приказ № 118
от «01» сентября 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Спортивная борьба»

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 1 год (72 часа)
Возрастная категория: от 12 до 17 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная.
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе: 81951

Автор-составитель: Дарчиев Семен
Константинович, педагог
дополнительного образования.

ст. Новопокровская, 2026 г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

№		Спортивная борьба
1	Возраст учащихся	12-17 лет
2	Срок обучения	1 год
3	Количество часов (общее)	72 часа
4	Количество часов за период обучения	72 часа
5	ФИО педагога	Дарчиев Семен Константинович
6	Уровень программы	ознакомительный
7	Продолжительность 1 занятия по(СанПИНу)	45мин
8	Количество часов в день	2 часа
9	Периодичность занятия (в неделю)	1 раз

Содержание.

Введение		3
1.	**Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования**	3
1.1	Пояснительная записка программы	3
1.2	Цели и задачи	6
1.3	Содержание программы	7
1.4	Планируемые результаты	9
2.	**Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**	11
2.1	Учебно – тематический план	11
2.2	Условия реализации программы	16
2.3	Формы аттестации	16
2.4	Оценочные материалы	17
2.5	Методические материалы	17
3.	**Раздел 3. Воспитательная работа**	19
	Список литературы	22

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:
1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон Российской Федерации от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030г., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31марта 2022 г. № 678-р;
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 № 467);
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 года № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ.
8. Письмо Министерства образовании и науки РФ №09-3242 от18.11.2015г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
9. Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации. ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания» //Москва: Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО, 2023.
10. Устав и локальные акты МАУДО ЦТ «Родные истоки» МО Новопокровский район

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности человека, создании условий,

благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка.

Актуальность программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни. Поэтому мотивацию детей к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста, создавать условия, благоприятные для развития спортивной индивидуальности личности, раскрытия личностного потенциала ребенка.

Педагогическая целесообразность программы обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса подготовки юных борцов, воспитания их морально-волевых качеств и стойкого интереса к занятиям, трудолюбия в овладении техники и тактики в вольной борьбе, развития физических качеств.

Отличительные особенности образовательной программы от уже существующих программ в этой области заключается в том, что дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Спортивная борьба» могут заниматься дети разного возраста, не зависимо от их одаренности, способности, уровня физического развития и подготовленности, не имеющие медицинских противопоказаний.

Адресат программы. Программа предназначена для детей в возрасте от 10 до 17 лет (к изучению данной программы также допускаются дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации), желающих заниматься вольной борьбой и не имеющих медицинских противопоказаний, подтвержденных медицинской справкой.

Уровень программы, объем и сроки реализации

Программа реализуется на ознакомительном уровне.

Сроки реализации программы: 1 год (72 часа).

Форма обучения – очная. Некоторые разделы программы могут осуществляться в дистанционной форме.

Режим занятий: Общее количество часов в год – 72 часа, 2 часа в неделю; занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 учебных часа, где час равен 1 академическому часу – 45 мин.

Особенности организации образовательного процесса

Программа направлена на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирования учебного материала в соответствии с возрастно-половыми особенностями воспитанников, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивная площадка, стадион).

Также направлена на соблюдение дидактических правил "от известного к неизвестному" и "от простого к сложному", ориентирующих выбор и планирование учебного материала в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности.

Основными формами организации учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия. В качестве основного принципа организации учебно-тренировочного процесса предлагается спортивно-игровой принцип, благодаря которому учебный процесс строится с учетом естественно и постепенно повышающихся тренировочных требований, по мере реализации которых решаются задачи укрепления здоровья учащихся, ознакомление их с техническим арсеналом вольной борьбы, развития у них спортивных качеств борца.

Организация учебно-тренировочного процесса по вольной борьбе и его содержание на различных годах обучения принципиальных различий не имеют, но с каждым годом происходит постепенное повышение тренировочных, развитие специфических качеств, необходимых в борьбе, формирование устойчивого интереса к дальнейшим занятиям избранным видом спорта.

Формы занятий по вольной борьбе определяются в зависимости от контингента занимающихся, задач и условий подготовки и различаются по направленности (общеподготовительные, специализированные, комплексные), содержание учебного материала (теоретические, практические).

Теоретические занятия могут проводиться самостоятельно и в комплексе с практическими занятиями (беседа, рассказ в начале практического урока). При проведении данных занятий целесообразно отдельные положения теории подкреплять примерами из практики, иллюстрировать их схемами, таблицами, рисунками и др. наглядными пособиями.

Практические занятия могут различаться по цели (на учебные, учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные и соревновательные), количественному составу занимающихся (индивидуальные, групповые, индивидуально-групповые), степени разнообразия решаемых задач (на однородные и разнородные).

На учебно-тренировочных занятиях наряду с разучиванием нового материала и закреплением пройденного большое внимание уделяется повышению общей и специальной работоспособности борцов. В процессе тренировочных занятий осуществляется совершенствование физической, психологической и специальной подготовленности борцов, а также создаются предпосылки для повышения эффективности ранее изученных технико-тактических действий.

Контрольные занятия обычно применяются в конце отдельных этапов подготовки или в случае проверки качества работы педагогов. На таких занятиях принимаются зачеты по технике, проводится сдача контрольных нормативов.

Соревновательные занятия применяются для формирования у борцов

соревновательного опыта. Они проводятся в форме неофициальных соревнований – классификационные соревнования, прикидки для окончательной коррекции состава команды, матчевые встречи.

По степени разнообразия решаемых задач различают однородные (избирательные) и разнородные (комплексные) учебные занятия. Наиболее часто применяются в учебно-тренировочном процессе по борьбе занятия избирательного типа с однородным содержанием, на которых решается ограниченное число задач тренировки. Такие занятия позволяют сконцентрировать внимание на решении главной задачи (обучения, совершенствования, развития, определенных физических качеств), что в большей мере содействует конструктивным адаптационным процессам в организме юных спортсменов.

Практические занятия с разнообразным содержанием комплексного типа предусматривает последовательное решение широкого круга задач тренировки с использованием разнообразных средств и методов. Такие занятия применяются в практике борьбы на этапах начальной разносторонней подготовки, в подготовительном периоде тренировки и связаны с общефизической подготовкой борцов.

Занятия в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах проводятся групповым методом, в группах спортивного совершенствования индивидуальным и индивидуально-групповым методом.

Во время организации и проведения занятий следует обратить особое внимание на соблюдение мер по предупреждению и профилактике травматизма, а также санитарно-гигиенических требований к местам занятий, оборудованию и спортивному инвентарю.

Необходимо отметить, что к соревнованиям любого масштаба допускаются борцы с подготовкой не менее года.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

- воспитание здоровой, физически развитой, морально устойчивой, социально-адаптированной к жизни в обществе личности обучающегося в процессе разносторонней базовой физической подготовки;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в физическом, духовном и психическом совершенствовании средствами вольной борьбы.

Задачи программы:

Предметные:

- развивать познавательный интерес к спортивной (вольной) борьбе, включить в познавательную деятельность приобретение определенных знаний, умений, навыков, компетенций;
- способствовать овладению учащимися начальными практическими навыками, основами спортивной техники избранного вида спорта в процессе регулярных занятий;

- содействовать выполнению учащимися нормативных требований по общей, специальной физической подготовке, повышению технического мастерства;
- содействовать формированию устойчивой потребности к занятиям вольной борьбой;

Метапредметные:

- содействовать разностороннему физическому развитию обучающихся, расширению функциональных возможностей их организма, развитию специальных физических качеств;
- обеспечить общий процесс адаптации к тренировочным нагрузкам средствами общеразвивающих упражнений для развития силы и выносливости, быстроты, ловкости, координации движений и гибкости;

Личностные:

- содействовать развитию психологической устойчивости, воспитанию личностных и волевых качеств и овладению навыками самоконтроля;
- создать благоприятные условия для развития самостоятельности и самоорганизованности учащихся.

1.3. Содержание программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п\п	Название раздела	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1	Подвижные игры.	48	8	40	Наблюдение
2	ОФП	20	6	14	Выполнение нормативов
3	Теоретическая подготовка	4	4	-	Собеседование
Всего:		**72**	**18**	**54**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

РАЗДЕЛ 1. Подвижные игры

Теория: Правила игры.

Практика: Игры в касания. Игры в блокирующие захваты. Игры в теснение. Игры в дебюты (игры с необычным началом поединка). Игры в перетягивания для развития силовых качеств. Игры за овладение обусловленного предмета.

РАЗДЕЛ 2. Общая физическая подготовка

Теория: Понятие «Общая физическая подготовка». Функции общей физической подготовки.

Практика: Строевые упражнения. Лазание и перелезание. Равновесие. Акробатика. Висы и упоры. Опорные прыжки. Основные фазы ходьбы и бега. Техника бега. Прыжковая техника. Техника метания. Медленный бег. Баскетбол. Волейбол. Футбол.

РАЗДЕЛ 3. Теоретическая подготовка

Теория: Понятие «Теоретическая подготовка», функции теоретической подготовки.

Теоретическая подготовка может проводиться не только в форме теоретических занятий, лекций, бесед, но и как элемент практических занятий непосредственно в процессе спортивной тренировки. В этих случаях теоретические занятия органически связаны с физической, технико-тактической и морально-волевой подготовкой. В процессе теоретических занятий целесообразно шире использовать активные методы обучения: проблемный метод анализа конкретных ситуаций, программированное обучение.

Теоретические знания должны иметь определённую целевую направленность: вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях учебно-тренировочного занятия.

Учебный материал распределяется на весь учебный год. При проведении теоретических занятий в группах спортивно-оздоровительной подготовки, следует учитывать возраст занимающихся и излагать теоретический материал в доступной им форме, без сложных специальных терминов. В зависимости от конкретных условий работы в план теоретической подготовки можно вносить коррективы.

В содержании учебного материала для групп спортивно-оздоровительной подготовки выделено 6 основных тем:

Тема № 1. Техника безопасности на занятиях спортивной борьбы.

Правила поведения в спортивном зале и на спортивных площадках. Правила поведения на занятиях по борьбе. Техника безопасности при выполнении различных общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений борца. Запрещённые действия в вольной борьбе.

Тема № 2. Влияние занятий борьбой на строение и функции организма.

Краткие сведения о строении организма человека. Влияние систематических занятий спортом на укрепление здоровья, развитие физических качеств, формирования правильной осанки гармонического телосложения, повышение умственной и физической работоспособности.

Тема № 3 Правила соревнований по борьбе.

Проведение соревнований по игровым комплексам по правилам мини борьбы. Оценка технических действий и определение победителей. Разрешённые и запрещённые действия.

Тема № 4 Моральная и психологическая подготовка борца.

Спортивный характер и его роль в достижении победы над собой и соперником. Умение терпеть как основное проявление воли. Правила поведения в спортивном коллективе. Традиции отделения вольной борьбы.

Тема № 5 Гигиена и закаливание.

Личная гигиена спортсмена: рациональный распорядок дня, уход за телом. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви Примерная схема режима дня юного борца.
Тема № 6 Оборудование и инвентарь для занятий борьбой.
Спортивная обувь, одежда борца, уход за ними. Спортивные снаряды и тренажёры, применяемые на занятиях по борьбе, правила эксплуатации и уход за ними.

Одно из главных требований, которое следует учитывать в процессе планирования тренировочных заданий в группах спортивно-оздоровительной подготовки, заключается в том, чтобы средства, вводимые в тренировку, постепенно обновлялись и усложнялись. Это необходимо для того, чтобы обеспечить расширение и пополнение запаса двигательных координаций (умений и навыков), необходимых в борьбе.

1.4 Планируемые результаты.

Предметные:
- формирование первоначальных представлений об их значении для укрепления физического, социального и психологического здоровья человека, об их позитивном влиянии на физическое, интеллектуальное, эмоциональное и социальное развитие человека, о физической культуре и здоровье как фактора успешной учебы и социализации. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных действий, формировании умений их применять при решении практических задач, связанных с самостоятельной организацией и проведением подвижных игр с элементами спортивной борьбы.

Метапредметные:
- активное применение знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности;
– владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения передвижений, захватов и освобождения от них, управление равновесием при взаимодействии с партнером, активное использование подвижных игр с элементами спортивной борьбы в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
– владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по спортивной борьбе.

Личностные:
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;

- подвижные игры с элементами спортивной борьбы позволили выразить себя как индивидуально, так и как члена команды. Способствовали развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение элементов спортивной борьбы осуществлялось общение, развитие, навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	План	Факт					
1			Правила поведения в спортивном зале и на спортивных площадках.	1	Беседа	ЦТ, спорт зал	Собеседование
2			Правила поведения на занятиях по борьбе	1	Беседа	ЦТ, спорт зал	
3			Техника безопасности при выполнении различных общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений борца.	1	Беседа	ЦТ, спорт зал	
4			Запрещённые действия в вольной борьбе	1	Беседа	ЦТ, спорт зал	
5			Правила игры в касания		Беседа	ЦТ, спорт зал	
6			Игры в касания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
7			Правила игры		Беседа	ЦТ, спорт зал	
8			Игры в блокирующие захваты		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
9			Правила игры		Беседа	ЦТ, спорт зал	
10			Игры в теснение		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
11			Правила игры		Беседа	ЦТ, спорт	

						зал	
12			Игры в дебюты: - спина к спине - левый бок к левому		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
13			Правила игры		Беседа	ЦТ, спорт зал	
14			Игры в перетягивания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
15			Правила игры		Беседа	ЦТ, спорт зал	
16			Игры за овладение обусловленного предмета		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
17			Игры в касания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	
18			Игры в блокирующие захваты		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
19			Игры в теснение		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
20			Игры в дебюты: правый бок к правому		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
21			Игры в дебюты: левый бок к правому		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
22			Игры в перетягивания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
23			Игры за овладение обусловленного предмета		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
24			Влияние занятий борьбой на строение и функции организма.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
25			Правила соревнований по борьбе.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
26			Игры в касания		Практиче	ЦТ,	Наблю

					ское занятие	спорт зал	дение
27			Разрешённые и запрещённые действия.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
28			Игры в блокирующие захваты		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
29			Спортивный характер и его роль в достижении победы над собой и соперником.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
30			Игры в дебюты: правый бок к левому соперники разошлись и встретились		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
31			Игры в дебюты: один партнёр на коленях, другой стоя		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
32			Парные и групповые перетягивания захватом за руки		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
33			Парные и групповые перетягивания захватом за палку		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
34			Игры за овладение обусловленного предмета		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
35			Личная гигиена спортсмена: рациональный распорядок дня, уход за телом.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
36			Игры в касания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
37			Игры в блокирующие захваты		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
38			Игры в теснение		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
39			Игры в дебюты: оба соперника на коленях		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
40			Игры в дебюты:		Практиче	ЦТ,	Наблю

			соперники лежат на спине (левым боком к правому и наоборот)		ское занятие	спорт зал	дение
41			Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви		Беседа	ЦТ, спорт зал	
42			Игры в перетягивания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
43			Игры за овладение обусловленного предмета		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
44			Игры в касания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
45			Игры в блокирующие захваты		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
46			Игры в теснение		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
47			Игры в перетягивания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
48			Примерная схема режима дня юного борца.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
49			Игры за овладение обусловленного предмета		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
50			Игры в касания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
51			Понятие «Общая физическая подготовка»		Беседа	ЦТ, спорт зал	
52			Строевые упражнения		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
53			Функции общей физической подготовки		Беседа	ЦТ, спорт зал	
54			Лазание и перелезание		Практическое	ЦТ, спорт	Наблюдение

					занятие	зал	
55			Равновесие		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
56			Акробатика		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
57			Спортивная обувь, одежда борца, уход за ними.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
58			Висы и упоры		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
59			Опорные прыжки		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
60			Основные фазы ходьбы и бега		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
61			Техника бега		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
62			Прыжковая техника		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
63			Техника метания		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
64			Медленный бег		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
65			Спортивные снаряды и тренажёры, применяемые на занятиях по борьбе, правила эксплуатации и уход за ними.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
66			Баскетбол		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
67			Волейбол		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
68			Оборудование и инвентарь для занятий		Беседа	ЦТ, спорт	

			борьбой			зал	
69			Традиции отделения вольной борьбы.		Беседа	ЦТ, спорт зал	
70			Футбол		Практическое занятие	ЦТ, спорт зал	Наблюдение
71			Сдача нормативов		Зачет	ЦТ, спорт зал	Зачет
72			Итоговое занятие		Беседа	ЦТ, спорт зал	

2.2 Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение

Для занятий с группой требуется:

- борцовский манекен;
- скакалки;
- гимнастическая стенка и скамья;
- перекладина;
- канат
- бревно

Оборудование размещается в зале так, чтобы удобно было использовать его для занятий. Кроме названного стационарного оборудования необходимо иметь следующий спортивный инвентарь:

- набивные мячи разного размера и веса;
- теннисные мячи;
- гантели и другие гимнастические снаряды.

Переносной инвентарь необходимо хранить в кладовой при зале. Личный инвентарь борца (тренировочный костюм, полотенце, мыло, борцовки и т.д.) учащиеся хранят дома и приносят с собой на каждое занятие в спортивной сумке.

2.3 Формы аттестации.

Образовательной организацией осуществляется текущий контроль успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, установление их форм, периодичности и порядка проведения. Текущий контроль успеваемости обучающихся представляет собой форму оценки степени и уровня освоения обучающимися дополнительных общеразвивающих программ. Проводится с целью контроля успеваемости обучающихся - отслеживание уровня развития метапредметных и личностных результатов и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеразвивающих программ в течение учебного года. Промежуточная

аттестация представляет собой форму оценки степени и уровня освоения обучающимися отдельной части дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам учебного года. Проводится с целью определения оценки степени и уровня освоения обучающимися отдельной части дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам учебного года.

2.4 Оценочные материалы.

Итоговая аттестация предполагает выполнение теоретических и практических заданий на выявление уровня знаний и овладения обучающимися практических умений и навыков в форме зачета. Результаты вносятся в зачетный лист.

Зачетный лист по выполнению программы.

Группа _____ Дата_____

№	Ф.И. учащегося	Задания					результат
		1	2	3	4	5	
1							
2							
3							

2.5 Методические материалы.

Образовательные технологии:
- технология индивидуального обучения
- технология группового обучения
- технология дифференцированного обучения
- здоровьесберегающая технология

Тематика и формы методических материалов по программе.

Дидактические материалы:
- Изучение и освоение технических приемов. Учебные пособия в электронном варианте.
- Сборники подвижных игр.
- Комплексы общеразвивающих упражнений;
- Комплексы дыхательной гимнастики;
- CD - диски или флэшка с записями музыки и песен;
- Комплексы дыхательных гимнастик;
- Комплексы пальчиковых гимнастик;
- Сборники подвижных игр.

Методические рекомендации:

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит о психофизиологических,

возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Раздел 3. Воспитательная работа

3.1. Воспитательная деятельность в ходе реализации программы
Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской
Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания детей заключаются в усвоении ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формировании и развитии личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретении соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:
- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- уважения к художественной культуре, искусству народов России;
- восприимчивости к разным видам искусства, ориентации на творческое самовыражение, реализацию своих творческих способностей в искусстве, на эстетическое обустройство своего быта в семье, общественном пространстве;
- этнической, национальной принадлежности;
- стремления к сотрудничеству, уважение к старшим;
- ответственности;
- воли и дисциплинированности в творческой деятельности;
- опыта представления в работах российских традиционных духовно-нравственных ценностей, исторического и культурного наследия народов России; опыта художественного творчества как социально значимой деятельности.

Формы и методы воспитания

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ учащиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное

значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способным и к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Практические занятия детей, способствует усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам
своего коллектива.

В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за обучением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы.

Анализ результатов воспитания по программе предусматривает получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив учащихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

3.2. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	День открытых дверей.	сентябрь	Праздник на уровне Центра	Фото и видеоматериалы с выступлением

			творчества	детей
2.	«Подарок для Любимой мамы»	ноябрь	Мероприятие на уровне объединения	Фотоотчет
3.	Новогодний праздник.	декабрь	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
4.	День освобождения ст. Новопокровской от немецко-фашистских захватчиков	январь	Турнир	Фотоотчет
5.	День защитника Отечества.	февраль	Праздник на уровне объединения	Фотоотчет
6.	Международный женский день.	март	Праздник на уровне объединения	Фотоотчет
7.	День космонавтики	апрель	Беседа, выставка	Фотоотчет
8.	Праздничное мероприятие ко Дню Победы	май	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
9.	День защиты детей	Июнь	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей

Список литературы.

Учебные пособия для педагога

1. Алиханов И.И. Техника вольной борьбы.- М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2003.
2. Галковского Н.М. Вольная борьба. –М.: Изд. «Пособие для секций коллективов физкультуры», 2002.
3. Галькувский Н.М. Спортивная борьба. – М., 2005.
4. Грузных Г.М. Борьба вольная. Примерная программа для системы дополнительного образования детей: Детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2003.
5. Журулин Н. Международные правила борьбы греко-римской, вольной, классической. –М,. 2005.
6. Катулин А.З. Спортивная борьба. – М., 2005.
7. Матущак П.Ф. 100 уроков вольной борьбы: Учебное пособие. – М., 2005.
8. Миндиашвили Д.Г. Международные правила борьбы греко-римской, вольной, классической. – М., 2005.
9. Мягченков Н.И. Классическая и вольная борьба: Справочник. – М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2004.
10. Подливаев Б.А. Вольная борьба. – М.: Изд. «Советский спорт», 2003.
11. Попов А. Международные правила борьбы греко-римской, вольной, классической. – М., 2005.
12. Преображенский С.А. Спортивная борьба: Ежегодник. – М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2004 .
13. Сорванов В.А. Тренировка в спортивной борьбе.- М., 2003.
14. Тулупов В. Международные правила борьбы греко-римской, вольной, классической. – М., 2005.
15. Усмангалиев М. Ж. Борьба вольного стиля. – М., 2001.
16. Чионов Н. Г. Классическая и вольная борьба. Справочник. – М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2004.
17. Школьников Р.А. Борьба вольного стиля. – М.: Изд. «Пособие для секций коллективов физкультуры», 2005.

Список литературы для учащихся и родителей:

1 Алиханов И.И. Техника вольной борьбы. – М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2003.
2 Грузных Г.М. Борьба вольная. Примерная программа для системы дополнительного образования детей: Детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2003.
3 Иванов И.И. Борьба вольная: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва. – М., 2003.

4 Кузнецов А.С. Борьба вольная: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва. – М., 2002.
5 Ленц А.Н. Техника вольной борьбы. – М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2004.
6 Матущак П.Ф. 100 уроков вольной борьбы. Учебное пособие. – М., 2005.
7 Н.М.Галковского Вольная борьба. – М.: Изд. «Пособие для секций коллективов физкультуры», 2002.
8 Попов А. Вольная борьба.- М.: Изд. «Пособие для секций коллективов физкультуры», 2002.
9 Самургашев Р.В. Борьба вольная: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва. – М., 2004.
10 Шулика Ю.А. Борьба вольная: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва. – М., 2003.