

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДИНСКОЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДИНСКОЙ РАЙОН
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №4»

Принята на заседании
педагогического совета
«08» февраля 2024 г.
Протокол № 2



Утверждаю:

Директор МАУДО «СШ №4»

МО Динской район

А.А.Кондрышев

«08» февраля 2024г.

Приказ №39-о от 08.02.2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

ПО ВИДУ СПОРТА «САМБО»

Уровень программы: Базовый

Срок реализации программы: 1 год (184 часа)

Возрастная категория: от 7 до 18 лет

Состав группы: до 20 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 58452

Механизм финансирования: муниципальное задание

Авторы-составители программы:

Мартынова Елена Евгеньевна - инструктор-методист
МАУДО «СШ №4» МО Динской район

Баранов Олег Юрьевич – тренер-преподаватель
МАУДО «СШ №4» МО Динской район

ст.Новотитаровская
2024 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	13
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»	15
2.1. Календарный учебный график программы	15
2.2. Условия реализации программы	16
2.3. Формы аттестации.....	17
2.4. Оценочные материалы.....	17
2.5. Методические материалы.....	18
Раздел №3 «Рабочая программа воспитания».....	23
3.1. Цель воспитательной работы	23
3.2. Задачи воспитательной работы	23
3.3. Формы и методы воспитания	24
3.4. Условия воспитания, анализ результатов	24
3.5. Планируемые результаты воспитательной работы	25
3.6. Календарный план воспитательной работы.....	26
Список литературы	28
Список литературы для тренеров-преподавателей.....	28
Список литературы для родителей.....	28
Список литературы для учащихся.....	28

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность. Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по виду спорта «Самбо» (далее – Программа) соответствует физкультурно-спортивной направленности и ориентирована на получение начальных теоретических знаний в области физической культуры и спорта, первоначальных профессиональных умений и навыков в избранном виде спорта, способствует выявлению и развитию физических и морально-волевых качеств учащихся.

Программа разработана МАУДО «СШ №4» МО Динской район на основании следующей нормативно-правовой базы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 год, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года №678;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 год, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей .
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурно - спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра» (с изменениями и дополнениями);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ 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.
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, Рыбалева И.А., руководитель Регионального модельного центра дополнительного образования Краснодарского края, 2020 г.
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, РМЦ ДОД КК, 2024 год.

- Устав МАУДО «СШ №4» МО Динской район
- Иные нормативно-правовые акты регламентирующие вопросы спортивной подготовки.

Новизна программы. Новизна данной программы состоит в том, что её содержание не ограничивается использованием только материалов единоборства. Основное внимание в Программе уделено общей физической подготовке обучающихся, овладению ими базовыми приёмами, повышению психологической устойчивости детей к трудностям, укреплению здоровья.

Актуальность программы. Программа «Самбо» направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по борьбе самбо, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Педагогическая целесообразность. Создание особой развивающей среды для выявления способностей обучающихся, что может способствовать не только их приобщению к здоровому образу жизни, но и раскрытию лучших человеческих качеств.

Адресат программы. Программа ориентирована на учащихся от 7 до 18 лет. В группе могут заниматься мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и с различными видами психофизиологических особенностей, с уровнем интеллектуального развития не ниже возрастной нормы. Также могут быть приняты дети, не прошедшие индивидуальный отбор на программы спортивной подготовки, но желающие заниматься избранным видом спорта.

Уровень программы, объем и сроки реализации. Программа реализуется на базовом уровне и рассчитана на 1 год обучения (184 часов) 46 учебных недель с 1 сентября.

Формы обучения. Форма обучения - очная. Форма организации детей на занятии: групповая.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность 1 часа занятий - 45 минут. Перерыв между каждым часом – 10 минут. Всего 4 учебных часа в неделю для каждой группы. Одно занятие не может быть менее одного часа и более двух академических часов.

Особенности организации образовательного процесса.

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Учащиеся могут быть сформированы группы одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы) в возрасте 7-18 лет. Наполняемость групп от 15 до 20 человек.

Форма проведения занятий: основная форма тренировочное занятие, открытые занятия, турниры, соревнования, самостоятельная работа учащихся, контролируемая тренером-преподавателем (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий, лекции и беседы; просмотры учебных кинофильмов и соревнований).

По типу занятия могут быть комбинированными, практическими, контрольными, тренировочными, теоретическими, диагностическими.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Режим: расписание занятий (тренировок) составляется администрацией спортивной школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

Особенности зачисления: набор в группу производится по желанию учащихся и их родителей (на основании заявлений о приеме) без предъявления требований к уровню физической подготовки и сдачи приемных нормативов. Зачисление на программу возможно в течении всего учебного периода при наличии свободных мест в группе.

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: сформировать базовый минимум знаний, умений и навыков по виду спорта самбо, улучшение качества набора в группы начальной подготовки по программам спортивной подготовки.

Задачи программы.

Предметные:

- формирование базовых знаний по истории развития самбо в Море, России, регионе;
- изучение представлений о методике формирования навыков технической подготовленности по виду спорта самбо;
- раскрытие понятий, терминов и определений самбо;
- обучение техническим элементам и правилам выбранного вида спорта;
- самостоятельное формирование комплекса общей и специальной физической подготовки;
- обучение приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

Личностные:

- формирование организаторских навыков и умений действовать в коллективе;
- воспитание дисциплинированности, исполнительности и ответственности;
- воспитание волевых качеств, формирующих спортивный дух и характер;
- формирование умения самостоятельно заниматься избранным видом спорта в свободное время;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни;
- развитие социальных и гражданских качеств личности ребенка

Метапредметные:

- развитие общефизических и специальных качеств самбиста;

- развитие устойчивой позиции к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- развитие средствами спортивного туризма индивидуальных способностей, обучающихся;
- развитие уровней познавательных интересов, памяти, мышления, внимания, воображения;
- раскрытие средствами спортивного туризма спортивной одаренности и таланта обучающихся;
- расширение функциональных возможностей организма, через систему физкультурно-оздоровительных упражнений;

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Таблица 1

Учебный план

№ п/п	Модули образовательной деятельности	Количество часов			Форма аттестации
		всего	практика	теория	
1	Теоретическая подготовка	7		7	опрос
2	Общая физическая подготовка	64	64		тестирование
3	Специальная физическая подготовка	46	46		тестирование
4	Техническая подготовка (избранный вид спорта)	31	31		практическая
5	Другие виды спорта и подвижные игры	17	17		практическая
6	Тактическая и психологическая подготовка	17	17		опрос
7	Контрольно-переводные испытания	2	2		практическая
ИТОГО:		184	177	7	

Таблица № 2

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана

№ п/п	Раздел образовательной деятельности	% от общего количества часов в год
1	Теоретическая подготовка	4
2	Общая физическая подготовка	35
3	Специальная физическая подготовка	25
4	Техническая подготовка	17
5	Другие виды спорта и подвижные игры	9
6	Тактическая и психологическая подготовка	9
7	Контрольно-переводные испытания	1
ИТОГО:		100

Содержание учебного плана.

Модуль 1. Теоретическая подготовка.

Теоретическая подготовка проводится в форме лекций - бесед.

Теоретические знания имеют определенную целевую направленность, вырабатывать у обучающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий. При проведении теоретических занятий учитывается возраст обучающихся, материал излагается в доступной форме.

1. История и сведения о борьбе самбо;
2. Правильная экипировка обучающегося;
3. Правила техники безопасности. Соблюдение правил техники безопасности при занятиях борьбой. Соблюдение правил техники безопасности в зале ОФП.
4. Предупреждение травматизма. Понятие о травмах и их причинах. Предотвращение травматизма, правильное выполнение технических действий, приемов страховки и само страховки;
5. Оказание первой медицинской помощи;
6. Врачебный контроль. Самоконтроль;
7. Гигиена. Соблюдение санитарно-гигиенических норм. Личная и общественная гигиена. Гигиенические требования к спортивной форме;
8. Режим питания спортсмена;
9. Закаливание организма.

Модуль 2. Общая физическая подготовка.

Гимнастические упражнения

Общеразвивающие, строевые, акробатические, упражнения на снарядах, беговые и прыжковые упражнения. Они формируют правильную осанку, развивают силовые способности, растягивают и расслабляют мышцы.

Нагрузка регулируется: количеством повторений каждого упражнения, амплитудой движений, характером движений (плавно-резко, напряженно-расслабленно), продолжительностью интервалов отдыха между упражнениями и различными исходными положениями.

Физические упражнения

1. Общеразвивающие упражнения для рук и плечевого пояса:

- для пальцев и кисти, движения из упора стоя или лежа с опорой на кончики пальцев.
- для увеличения подвижности в суставах (стоя; в упорах лежа; лежа упор сзади; перенесение тяжести тела с руки на руку, меняя положение кистей; в упорах присев, сидя на пятках опора на тыльную сторону кисти пальцами к себе, опора на пальцы.
- для сгибателей и разгибателей предплечья (сгибание - разгибание рук стоя на коленях, в упорах лежа и сидя.

- для увеличения подвижности в суставах (рывковые движения прямыми или согнутыми руками в стороны, вверх, назад; то же в сочетании с наклонами и поворотами туловища; вращательные движения в плечевом суставе прямыми или согнутыми руками; сгибание ноги из упора лежа сзади; наклоны в упоре стоя на коленях, руки далеко вперед; прогибание в упоре лежа сзади ноги врозь с опорой на одну руку; мост (с помощью)).

- на расслабление мышц рук и плечевого пояса (свободные дугообразные движения руками в сочетании с полуприседами, выпадами, полунаклонами; последовательное расслабление мышц рук после напряженного принятия определенного положения; размахивание свободно висющими руками путем поворота туловища, встряхивание кистями, предплечьями, плечами в различных и. п.)

- для мышц бедра: приседания на двух на одной; ходьба в полуприседе; прыжки на одной на двух, в полуприсяду; наклоны с прямым туловищем и стойки на коленях; вставание на колени и с колен; сгибание – разгибание в коленных суставах в положении лежа на груди.

- для мышц таза: поднятие таза из положения, лежа, сидя, передвижения в седи.

- для увеличения подвижности в тазобедренных суставах: вращения с стойке ноги врозь, покачивания в выпадах, махи, приседания ноги врозь, наклоны с седи ноги вместе ноги врозь, полу шпагат, шпагат, движения ногами с захватом помогая руками.

- для расслабления мышц ног: свободные махи ногами, потряхивания в положении сидя углом, лежа на спине углом; сгибание и разгибание ног в упоре сидя, с крестные движения голеньями; потряхивание стопами и голеньями в положении лежа на груди; чередование напряжений с расслаблениями в положении сидя, лежа.

2. Общеразвивающие упражнения для мышц ног, туловища, шеи:

- для стопы и голени: поднятия, подскоки, ходьба.

- для увеличения подвижности в суставах: сгибания, разгибания, вращения из различных и. п.; перенесения тяжести тела на внутреннюю и внешнюю сторону стопы.

- для мышц туловища: движения ногами в упорах сидя, поднятие туловища в сед из положения лежа на спине, поднятие ног в положении лежа на спине, одновременные движения ногами и туловищем из положения лежа на спине; поднятие туловища и поднятие ног из положения лежа на животе; приседы, повороты туловища из различных и. п.; поднятие-опускание таза в упоре лежа боком.

- для подвижности позвоночника: повороты, наклоны из различных и. п.; пригибания с упором на руки из положения, лежа на животе; пружинистые наклоны вперед, в стороны в положении стоя и сидя; повороты туловища; наклоны назад.

- для мышц шеи: повороты, наклоны, круговые движения, наклоны головы вперед, назад, в стороны преодолевая сопротивление рук; в и. п. стоя

на коленях с опорой головой о ладони (на мягкой опоре); перекаты со лба на затылок; борцовский мост (с помощью).

- на расслабление мышц туловища и шеи: «падение» головы вперед, назад, в стороны, круговые движения; покачивания, потряхивания; последовательное расслабления шеи, туловища, круговые движения; чередование напряжения с расслаблением отдельных групп мышц; поднимание отдельных частей туловища с последующим расслаблением.

3. Акробатические и гимнастические упражнения:

- группировка (сидя, лежа, перекаты вперед и назад в группировке);
- упоры (головой о ковер, упор присев, упор лежа);
- кувырки вперед и назад (сначала под небольшой уклон), вперед со скрещенными ногами;
- связка элементов (два кувырка вперед, кувырок вперед-назад, два кувырка назад);
- стойка на лопатках;
- боковой переворот с помощью и без;
- упоры (головой о ковер, упор присев, лежа);
- висы (на согнутых руках в висе, в висе лежа, перемещения в висе);
- подтягивание в висе;
- мост из положения, лежа на спине (гимнастический, борцовский мост);
- равновесие (ходьба с перешагиванием предметов, с бросками и ловлей мяча, с отягощением - набивной мяч, гантели - постепенно до 1 кг., повороты в полуприсяду, в приседе).

Общефизические упражнения

Силовая подготовка - подтягивание в висе, в висе лежа; сгибание туловища лежа на спине (ноги закреплены); лазанье по канату с помощью ног; приседания, ходьба в полуприсяду, упражнения с гантелями 1 кг., и набивным мячом 1-3 кг.

Скоростная подготовка - бег 10, 20, 30 метров; прыжки в длину и в высоту с места; прыжки через длинную и короткую скакалку; выпрыгивания из приседа, много скоки;

Упражнения на выносливость - чередование ходьбы и бега на дистанции до 1000м.;

Упражнения на координацию - челночный бег 3x10 м., эстафеты линейные, встречные с предметами и без, кувырки вперед и назад, боковой переворот, спортивные игры - футбол, баскетбол; подвижные игры, эстафеты;

Упражнения на гибкость - упражнения на гимнастической стенке, на гимнастической скамейке, упражнения на формирование осанки, упражнения для формирования активной гибкости (сгибания-разгибания, наклоны-повороты, вращения-махи).

Модуль 3. Специальная физическая подготовка.

Акробатические и гимнастические упражнения со страховкой:

- группировка (сидя, лежа, перекаты вперед и назад в группировке);
- кувырки вперед и назад (сначала под небольшой уклон), вперед со скрещенными ногами;
- стойка на лопатках;
- боковой переворот с помощью и без;
- упоры (головой о ковер; упор присев, лежа);
- висы (на согнутых руках в висе, в висе лежа, перемещения в висе);
- мост из положения лежа на спине (гимнастический, борцовский мост)
- сначала с помощью;
- связка элементов (два кувырка вперед, кувырок вперед-назад, два кувырка назад);
- равновесие (ходьба с перешагиванием предметов, с бросками и ловлей мяча, с отягощением - набивной мяч, гантели - постепенно до 1 кг., повороты в полуприседе, в приседе).

Модуль 4. Техническая подготовка (избранный вид спорта)

Упражнения на освоение техники борьбы самбо

- кувырки вперед, назад;
- перекаты боком вправо, влево;
- боковой переворот «колесо» (начиная переворот в одну сторону);
- самостраховка при падении назад, на бок (группировка, подбородок прижат к груди, перекат назад «мягкий», хлопок руками с паузой и без паузы. Выполняется быстро из различных исходных положений);
- борцовский мост;
- забегания на борцовском мосту (начиная с низкого моста с упором на теменную часть головы);
- выполнение имитационных упражнений;
- приемы этикета: приветствие (поклон), приветствие стоя, приветствие на коленях; пояс (завязывание).
- стойки, передвижения, передвижения обычными шагами, передвижения приставными шагами: вперед-назад; влево-вправо; по диагонали; спиной вперед.
- повороты (перемещения тела): на 90° шагом вперед; на 90° шагом назад; на 180° скрестными шагами (одна вперед, другая назад по диагонали); на 180° круговым шагом вперед; на 180° круговым шагом назад.
- захваты (основной захват - рукав-отворот).
- основной захват-выведение из равновесия вперед;
- основной захват-выведение из равновесия назад;
- освобождение от захвата.

Модуль 5. Другие виды спорта и подвижные игры

Подвижные игры - это эмоциональная деятельность, поэтому они представляют важное значение в развитии двигательной деятельности и воспитании обучающихся. Особенностью подвижных игр является роль движения в

содержании игр (бег, прыжки, броски, передачи, сопротивление, пространственная ориентация и т.д.). Подвижные игры комплексно совершенствуют двигательные навыки и умения (быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость). При проведении игр и эстафет требуется их смена и строгая дозировка:

«Выталкивание из круга», «Перетягивание в парах», «Перетягивание пояса в парах, двух поясов обеими руками», «Белые медведи», «Хвостики», «Гуси-гуси», «Волк во рву», «Города», «Медведь и пчелы», «Охотники и утки», «Пятнашки», «Так не так», «Кот и мыши», «Успей занять место», «К своим флажкам», «Два Мороза», «Команда быстроногих», «Петушинный бой», «День и ночь», «Прыгуны и пятнашки», «Тяни в круг», «Лиса и куры», «Парашютисты», «Караси и щуки», «Мы веселые ребята», «Вызов номеров», «Белые медведи», «Гуси», «Тяни в круг», «Скакуны-кузнечики», «Посадка картофеля», «Паучок», «Успей занять место» и др. Эстафеты линейные, встречные с предметами и без; в движении и на месте; из различных исходных положений; с остановками и поворотами; по звуковому или зрительному сигналу; с выполнениями различных заданных упражнений и др. Полоса препятствий.

Модуль 6. Тактическая и психологическая подготовка

Тактическая подготовка:

- использование сковывающих, опережающих, обманных действий при проведении ударов, бросков и приёмов;
- тактика захвата и освобождение от захватов;
- тактика участия в соревнованиях по ОФП.
- создание и использование благоприятных ситуаций;
- сбор информации о противнике;
- постановка цели поединка;
- планирование перед поединком выполнения конкретных тактических действий;
- планирование соревновательного дня (режим отдыха, питания, питьевой режим).

Психологическая подготовка:

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Все это требует понимания ряда психологических особенностей и закономерностей самоконтроля и само регуляции. Тренеру, работающему со спортсменами, следует использовать все имеющиеся средства и методы психологического воздействия на детей необходимые для формирования психологически уравновешенной, полноценной всесторонне развитой личности.

Основными задачами психологической подготовки являются:

- привитие устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование установки на тренировочную деятельность;

- формирование волевых качеств спортсмена;
- развитие коммуникативных свойств личности и интеллекта спортсмена.

К числу главных методов психологической подготовки относятся беседы, убеждения, педагогическое внушение, методы моделирования соревновательной ситуации через игру. Развитие внимания и равновесия у спортсменов. В программу занятий следует вводить ситуации, требующие преодоления трудностей.

В спортивной психологии выделяют объективные и субъективные трудности.

Объективные трудности:

- трудности, связанные с развитием физических качеств силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости, а также связанные с функциональной подготовкой в избранном виде спорта;
- трудности, связанные с освоением способов выполнения (техники) двигательного действия в избранном виде спорта. Это знания, умения и навыки в дифференцировке пространственных, временных и динамических параметров движения;
- трудности, связанные с планированием и организацией своих действий (тактикой) на тренировке и соревнованиях. Очень важно развить способности в оперативном и тактическом мышлении спортсмена;
- трудности, связанные с условиями тренировочной деятельности. Это могут быть недостаточно хорошие места тренировок (залы, стадионы, бассейны), метеоусловия, в том числе состав группы (женский или мужской), психологический климат в спортивной группе;
- трудности, связанные с соревновательной деятельностью в избранном виде спорта. Это могут быть новые, незнакомые места соревнования, внезапное изменение расписания соревнований, судейство, характер жеребьевки, непредсказуемые действия соперника и др.

Субъективные трудности, связанные с личным переживанием спортсменом успеха или неуспеха своей спортивной деятельности, с личным отношением спортсмена к своей спортивной деятельности. Это могут быть индивидуальные ценности спортсмена (интересы), потребности, мотивы и цели спортивной деятельности как тренировок в том или ином виде спорта, так и соревнований.

Есть субъективные трудности иного порядка - проявление отрицательных эмоций страха, неуверенности в своих силах, боязни противника, поражения, чрезмерной ответственности за результат своей деятельности, отрицательные предстартовые состояния (стартовая лихорадка, стартовая апатия). Так или иначе, основным психическим механизмом появления различных субъективных трудностей у спортсмена является недостаточное количество информации, знаний, умений и навыков в их преодолении. Наличие определенных психологических барьеров не позволяет спортсмену раскрыть полностью свои возможности, свою подготовленность в условиях соревнований.

Воспитание волевых качеств - одно из важнейших задач в деятельности тренера. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей объективного и субъективного характера. Для их преодоления используются необычные для юного спортсмена волевые напряжения. Поэтому основным методом воспитания волевых качеств является метод постепенного усложнения задач, решаемых в процессе тренировочных занятий и соревнований.

Используя различные трудности в тренировочном процессе, необходимо соблюдать постепенность и осторожность. В этих ситуациях перед юными спортсменами, как правило, не ставятся задачи проявлять предельные мобилизационные возможности.

В работе с юными спортсменами устанавливается определённая тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия:

методы словесного воздействия – разъяснение, критика, одобрение, осуждение, внушение, примеры авторитетных людей;

методы смешанного воздействия – выполнение общественных и личных поручений, наказание.

Большие трудности спортсмен испытывает при поддержании вестибулярной устойчивости. Различные положения тела, резкие повороты, внезапные ускорения, замедления движений – всё это требует больших волевых усилий при стремлении наиболее точно выполнить двигательную задачу.

Развитию волевых качеств спортсмена в процессе технической подготовки будут способствовать трудности, связанные с организацией внимания спортсмена при выполнении двигательных действий. Спортсмену приходится одновременно следить за правильностью исполнения своих действий и действий соперника.

В развитии воли спортсмена особое значение имеет взаимосвязь между самими волевыми качествами: активность и самостоятельность, целеустремлённость и инициативность, решительность и настойчивость, смелость и самообладание, уверенность в своих силах.

Модуль 7. Контрольно-переводные испытания.

В процессе обучения используются текущий (в виде опроса), промежуточный (в виде соревнования), итоговый (в виде тестирования) виды контроля. Вводный контроль не применяется, так как на программу зачисляются все учащиеся желающие заниматься спортом без учета уровня спортивной подготовки, умений и навыков

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые результаты освоения программы включают интегративные качества обучающегося, которые он может приобрести в результате освоения программы и подготовит его к реальности взрослой жизни: чувство

дружбы, товарищества, взаимопомощи; чувство ответственности, уважения, дисциплинированности, активности, самостоятельности, инициативности и творчества; подчинения личных стремлений интересам коллектива; развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; повышение сопротивляемости организма к простудным и сезонным заболеваниям; преодолению усталости, боли; выработает устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; сумеет проявлять смелость, стойкость, решительность, выдержку, мужество; воспитает привычку к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов; сформирует культуру здорового и безопасного образа жизни; воспитает культуру поведения болельщика во время просмотра соревнований по греко-римской борьбе различного уровня и ранга, а так же сформирует межчеловеческие отношения и нормы поведения, ему присущие.

По окончании года обучения уровень знаний, умений и навыков, обучающихся должен соответствовать требованиям контрольного тестирования.

Планируемые результаты:

Предметные:

- сформированы базовые знания по истории развития самбо в Море, России, регионе;
- имеют представление о методике формирования навыков технической подготовленности по дисциплине самбо;
- усвоены понятия, термины и определения самбо;
- обучены техническим элементам и правилам;
- обучены самостоятельно формировать комплексы общей и специальной физической подготовки;
- обучены использовать методику проектирования самостоятельных занятий физической подготовки с элементами самбо;
- обучены приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

Метапредметные:

- развиты общефизические и специальные качества самбиста;
- развита устойчивая позиция к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- развиты познавательные интересы, память, мышление, внимание, воображение;
- способствовать раскрытию средствами борьбы спортивной одаренностью и таланта обучающихся;
- расширены функциональные возможности организма, через систему физкультурно- оздоровительных упражнений;

Личностные:

- сформированы организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитано чувство ответственности, дисциплинированности, исполнительности и ответственности;

- воспитаны волевые качества, формирующие спортивный дух и характер;
- воспитана привычка к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
- сформирована потребность к ведению здорового образа жизни;
- развиты социальные и гражданские качества личности ребенка.

Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Таблица № 3

Календарный учебный график на 46 недель

Разделы подготовки		Всего	В том числе		Форма контроля
			теория	практика	
1	Теоретическая подготовка: - История и сведения о борьбе самбо; - Правильная экипировка обучающегося; - Правила техники безопасности. Соблюдение правил техники безопасности при занятиях борьбой. Соблюдение правил техники безопасности в зале ОФП. - Предупреждение травматизма. Понятие о травмах и их причинах. Предотвращение травматизма, правильное выполнение технических действий, приемов страховки и само страховки; - Оказание первой медицинской помощи; - Врачебный контроль. Самоконтроль; - Гигиена. Соблюдение санитарно-гигиенических норм. Личная и общественная гигиена. Гигиенические требования к спортивной форме; - Режим питания спортсмена; - Закаливание организма.	7	0.5 0.5 1 1 0.5 0.5 1 1 1		Опрос, беседа
2	Общая физическая подготовка: - Общеразвивающие упражнения для рук и плечевого пояса - Общеразвивающие упражнения для мышц ног, туловища, шеи: - Акробатические и гимнастические упражнения:	64		22 21 21	Тестирование, наблюдение
3	Специальная физическая подготовка	46		46	Тестирование наблюдения

4	Техническая подготовка: Освоение элементов техники Захваты, броски	31		31	Тестирование наблюдения
5	Другие виды спорта и подвижные игры: Подвижные игры и эстафеты	17		17	Наблюдение
6	Тактическая и психологическая подготовка Беседы, примеры известных людей, общественная работа	17		17	Опрос, беседа
7	Переводные испытания Динамика роста физических показателей	2		2	Тестирование
	Всего часов на 46 учебных недель	184	7	177	

Таблица 4

Календарный план-график распределения учебных часов в спортивно –оздоровительных группах

№	Виды подготовки	Месяцы												Всего часов
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
1	Теория	1	1	1	1	1	1	1						7
2	ОФП	5	5	5	5	5	5	6	6	5	9	8		64
3	СФП	4	4	4	4	4	4	5	6	5	3	3		46
4	Участие в соревнованиях	По календарному плану												
5	Техническая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2		31
6	Другие виды спорта и подвижные игры	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1		17
7	Тактическая и психологическая подготовка	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1		17
6	Контрольные испытания									2				2
8	Всего часов	17	17	17	17	17	17	17	17	17	16	15		184

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для реализации данной программы необходимы материально-техническое, информационное и кадровое обеспечение.

Кадровое обеспечение

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «Самбо» обеспечивается педагогическими работниками и другими специалистами, имеющими соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование. Преподавание осуществляют:

- тренер-преподаватель;
- старший тренер-преподаватель.

Организационно-методическое обеспечение реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «Самбо» осуществляет инструктор-методист.

МАУДО «СШ №4» МО Динской район осуществляет обеспечение спортивным инвентарем и оборудованием, проездом к месту проведения физкультурных и спортивных мероприятий и обратно, питанием и проживанием в период проведения физкультурных и спортивных мероприятий (по необходимости).

Материально-технического обеспечения:

- спортивный зал для занятий самбо (борцовский ковер);
- спортивный инвентарь (борцовские манекены, шведская стенка, маты, скакалки, гимнастические скамейки, штанги, блины, гантели, канат, набивные мячи);
- обучающимся на занятиях необходимо находиться в спортивной форме и обуви.

Информационное обеспечение:

- использование интернет ресурса;
- работа с сайтом образовательной организации (страница о секции самбо, результаты тестирований, соревнований, работа с родителями, фото и видео материалы и прочее).

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются: выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке; овладение теоретическими знаниями.

Для подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы кроме внутренних соревнований, учащиеся могут в зависимости от показываемых результатов участвовать в районных и краевых соревнованиях в соответствии с планом работы спортивной школы.

Формой контроля является мониторинг по общей и специальной физической подготовке. Инструментарием мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения. Промежуточный контроль проводится в октябре, итоговый в мае месяце.

Формой предъявления и демонстрации образовательных результатов: обучающиеся, прошедшие подготовку, освоившие программу на спортивно оздоровительном этапе, и соответствующие возрасту является: перевод на обучение по программе спортивной подготовки в группу начальной подготовки при условии сдачи ими нормативов по ОФП и СФП соответствующим данному уровню.

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Контрольные испытания по ОФП обучающиеся отделения сдают в конце учебного года с 15 по 30 мая на тренировочных занятиях, согласно учебно-тематического плана.

Упражнения оцениваются по зачетной системе: зачет/не зачет.

Спортсмену, сдающему комплекс контрольных нормативов по ОФП в зачет идут результаты пяти тестов, итоговый результат подводится по среднему значению зачет/не зачет.

Комплекс контрольных нормативов по ОФП представлен в таблице 5.

Таблица № 5

Комплекс контрольных нормативов ОФП

№ П/П	Упражнение	Ед. Из.	7		8-9		10-11		12-13		14-15		16-17		17-18	
			М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж
1.	Бег 30 м	с	7.0	7.2	6.8	7.0	6.6	6.8	6.4	6.6	6.2	6.4	6.0	6.2	5.8_	6.0_
2.	Челночный бег 3х10 м	с	9.0	9.3	8.9	9.2	8.8	9.1	8.7	9.0	8.6	8.9	8.5	8.8	8.4	8.7
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол. раз.	5	2	8	4	10	6	13	8	18	11	20	12	22	13
4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье(от уровня скамьи)	см	0	+2	+1	+3	+2	+4	+3	+5	+4	+7	+5	+8	+6	+9
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	см	110	105	120	115	130	125	140	135	160	145	170	155	180	165

2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Основной формой занятий являются: групповые практические занятия.

Методы, используемые на занятиях: словесный, наглядный и практический. Основным методом подготовки является игровой метод, а так же метод повторного выполнения упражнения. Кроме этого, используются соревновательный метод, а также группы воспитательных методов, определяющих отношения тренера и ученика, их взаимодействия и взаимосвязь.

В начале обучения следует очень осторожно применять соревновательный момент, так как в данном случае сознание и мышечная деятельность будут направлены не на способ освоения техники, а на его быст-

рейшее выполнение, что может привести к выполнению ошибок, а их исправить всегда труднее, чем предупредить.

Подготовка должна строиться на основе следующих методических положений:

- использование общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения: сознательности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирования;
- объем и интенсивность упражнений возрастают по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов. Отдавать предпочтение упражнениям динамического характера, приучая занимающихся к различному темпу их выполнения;
- поиск средств, позволяющих решать одновременно несколько задач (например: сочетание физической и технической подготовки);
- моделирование соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Теоретическая подготовка – формирование у занимающихся специальных знаний, необходимых для успешной спортивной деятельности, осуществляется в ходе практических занятий.

Интегральная подготовка - направлена на приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу и надежности выступлений может осуществляться в процессе соревнований и модельных тренировок.

В процессе занятий обязательны регулярные медицинские обследования, врачебно-педагогические наблюдения за состоянием здоровья занимающихся, динамикой физического развития, приспособляемостью организма к тренировочным нагрузкам и изучение его функционального состояния. Медицинское обследование занимающихся производится 1 раз в год.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, личностно-ориентированный и дифференцированный подход; метод, направленный на формирование положительной мотивации к обучению (создание ситуации успеха, через выполнение заданий посильных для всех учащихся, положительный эмоциональный настрой через создание доброжелательной атмосферы доверия и сотрудничества на занятии); объяснительно-иллюстративный и воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование.

Педагогические технологии: индивидуальный подход, коллективной творческой деятельности, проектной деятельности, здоровьесберегающих технологий оказывают положительное влияние на качество усвоения программного материала всеми учащимися.

Формы организации учебного занятия.

Вид занятия: вводное занятие, практическое занятие, диагностическое занятие.

Форма организации занятия: беседа, практическое занятие, мастер-класс, открытое занятие.

Форма организации образовательного процесса: коллективная, групповая, парная.

Требования к результатам освоения программы

Для оценки эффективности деятельности рекомендуются критерии:

- состояние здоровья обучающихся;
- регулярность посещения ими тренировочных занятий;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Требования техники безопасности в процессе реализации Программы.

Общие требования безопасности:

В качестве тренера-преподавателя для занятий с обучающимися могут быть допущены лица, имеющие специальное педагогическое образование, подтвержденное документом установленного в РФ образца (дипломом), прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

Тренер-преподаватель должен пройти предварительный медицинский осмотр, при последующей работе – периодические медицинские осмотры;

К занятиям по виду спорта допускаются дети с 7 лет, имеющие допуск врача и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья; Обучающиеся проходят инструктаж по правилам безопасности во время занятий. Работа по профилактике травматизма, заболеваний и несчастных случаев при занятиях физической культурой и спортом является одной из важнейших задач тренера-преподавателя;

Тренер-преподаватель и обучающиеся должны строго соблюдать установленные в учреждении правила поведения, режим труда и отдыха, правила пожарной, антитеррористической безопасности, гигиены и санитарии, знать места расположения первичных средств пожаротушения;

Спортивный зал для занятий должен быть оснащен огнетушителями, автоматической системой пожарной сигнализации и приточно-вытяжной вентиляцией, медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

На занятиях возможно воздействие следующих опасных и вредных факторов:

- значительные статические мышечные усилия; неточное, не координированное выполнение упражнений; нервно-эмоциональное напряжение; недостатки общей и специальной физической подготовки;
- для занятий обучающиеся и тренер-преподаватель должны иметь специальную, соответствующую избранному виду спорта, спортивную форму;
- о каждом несчастном случае во время занятий тренер - преподаватель должен поставить в известность руководителя образовательного учреждения;
- в случае легкой травмы тренер-преподаватель должен оказать помощь пострадавшему. К лицам, получившим средние и тяжелые травмы во время

занятий, необходимо срочно вызвать скорую помощь. До прибытия скорой помощи пострадавшему должна быть оказана первая доврачебная помощь в соответствии с инструкцией по первой доврачебной помощи, действующей в образовательном учреждении;

- обучающиеся, нарушающие правила безопасности, отстраняются от занятий и на них накладывается, дисциплинарное взыскание. Перед началом очередного занятия со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж;

- знание и выполнение требований и правил техники безопасности является должностной обязанностью тренера-преподавателя, а их несоблюдение влечет за собой, в зависимости от последствий нарушения, виды ответственности, установленные законодательством РФ (дисциплинарная, материальная, уголовная).

Требования безопасности перед началом занятий:

- спортивный зал открывается за 5 минут до начала занятий по расписанию (графику). Вход в зал разрешается только в присутствии тренера-преподавателя;

- перед началом занятий тренер-преподаватель должен обратить особое внимание на оборудование места для избранного вида спорта;

- освещение зала должно быть не менее 200 лк, температура – не менее 15-17С, влажность – не более 30-40%;

- все обучающиеся, допущенные к занятию должны иметь специальную спортивную форму (одежду, обувь).

- за порядок, дисциплину, своевременное построение группы к началу занятий отвечает преподаватель;

- перед началом занятий тренер-преподаватель должен постараться выявить любые, даже незначительные отклонения в состоянии здоровья обучающихся лиц, для принятия профилактических мер (освобождение от занятий, снижение нагрузки).

Требования безопасности во время занятий:

- занятия избранным видом спорта в спортивном зале начинаются и проходят согласно расписанию,

- занятия по избранному виду спорта должны проходить только под руководством тренера-преподавателя;

- тренер-преподаватель должен поддерживать высокую дисциплину во время занятий и добиваться четкого выполнения своих требований и замечаний, постоянно осуществлять контроль за действиями обучающихся;

- для предупреждения травм тренер-преподаватель должен следить за дисциплинированностью обучающихся, их уважительным отношением друг к другу;

- на занятиях избранным видом спорта запрещается иметь в спортивной одежде и обуви колющие и режущие предметы (булавки, заколки и т.п.);

- выход обучающихся из спортивного зала во время занятий возможен только с разрешения тренера-преподавателя.

Требования безопасности в аварийных ситуациях:

- при несчастных случаях с обучающимися (травмы позвоночника, сдавливание органов брюшной полости, растяжения и разрывы сумочно-связочного аппарата голеностопного и коленного суставов, переломы ключицы и др.) тренер-преподаватель должен немедленно прекратить занятия и приступить к оказанию пострадавшему первой доврачебной помощи;

- одновременно нужно отправить посыльного из числа обучающихся для уведомления руководителя или представителя администрации образовательного учреждения, а также вызова медицинского работника и скорой помощи;

- при оказании первой доврачебной помощи следует руководствоваться приемами и способами, изложенными в инструкции по первой доврачебной помощи, действующей в учреждении;

- при обнаружении признаков пожара тренер-преподаватель должен обеспечить эвакуацию обучающихся из опасной зоны согласно схеме эвакуации при условии их полной безопасности. Все эвакуированные проверяются в месте сбора по имеющимся у тренера-преподавателя, поименным спискам. Сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

Поведение и действие всех должностных лиц в условиях аварийной ситуации должны быть объективными, без провокации паники, быстрыми и эффективными.

Требования безопасности по окончании занятия:

- после окончании занятия тренер-преподаватель должен проконтролировать организованный выход обучающихся из зала;

- проветрить спортивный зал;

- по окончании занятий принять душ, в случае невозможности данной гигиенической процедуры тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

- проверить противопожарное состояние спортивного зала

- выключить свет.

Примерное планирование тренировочного процесса

Таблица 6

№ п/п	Раздел или тема программы	Форма организации и форма проведения занятий	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1	2	3	4	5	6
1	Теоретическая подготовка	Беседа, лекция, просмотр видео.	Словесный, наглядный	Литература, любая видеоаппаратура.	Текущий опрос
2	ОФП	Групповые практические занятия	Наглядный, игровой, повторного выполнения	Мягкое покрытие, гимнастические снаряды, мячи.	Вводный и итоговый тест
3	СФП	Групповые практические занятия	Наглядный, игровой, повторного	Мягкое покрытие, чучело	Вводный и итоговый

			выполнения		тест, текущий зачёт.
4	Тактико-техническая и психологическая подготовка	Групповые практические занятия	Наглядный, игровой, повторного выполнения	Мягкое покрытие, чучело,	Текущий зачёт, итоговый экзамен, соревнование.

Раздел 3 «Рабочая программа воспитания»

3.1. ЦЕЛЬ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ.

Главной целью воспитательной работы является воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры, а также воспитание высоких моральных и нравственных качеств, чувства патриотизма, волевых качеств у обучающихся.

3.2. ЗАДАЧИ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Напряженная тренировочная и соревновательная деятельность, связанная с занятием спортом, предоставляет значительные возможности для осуществления воспитательной работы. Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой обучающихся.

В качестве основных задач и направлений воспитательной работы следует выделить:

- государственно-патриотическое воспитание;
- нравственное воспитание;
- спортивно-этическое и правовое воспитание.

Государственно-патриотическое воспитание представляет собой целенаправленное формирование определенной системы взглядов, ценностей, убеждений, определяющих отношение личности к государственности России и её демократическим основам.

Цель государственно-патриотического воспитания - формирование качеств личности гражданина Российской Федерации.

В силу своей специфики спортивная деятельность обладает огромным воспитательным потенциалом в развитии таких мировоззренческих оснований личности, как уважение к государственной символике Российской Федерации (флаг, герб, гимн), таким понятиям, как Отечество, честь, достоинство.

В процессе государственно-патриотического воспитания создаются условия для развития различных качеств личности гражданина и прежде всего уважения и преданности идеалам Отечества и патриотизма.

В процессе воспитательной работы предполагается приобщение спортсменов к отечественной истории, традициям, культурным ценностям,

достижениям российского спорта.

Государственно-патриотическое воспитание ориентирует личность на формирование профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению, как в спорте, так и в различных сферах жизни общества.

Нравственное воспитание - процесс, направленный на формирование твёрдых моральных убеждений, нравственных чувств и навыков поведения человека. Наряду с семьёй и общеобразовательной школой важную роль в этом процессе играет непосредственно спортивная деятельность. Нравственность и духовность как стержневые качества человека требуют усвоения системы нравственных знаний, понятий, являющихся предпосылкой осознания обучающимися своих обязанностей и привычек поведения. Реализация этих предпосылок составляет одну из важнейших задач тренера-преподавателя и всего педагогического коллектива спортивной школы.

Спортивно-этическое и правовое воспитание. Одной из важных задач, решаемых в процессе воспитательной работы, является освоение норм и правил поведения, предусматриваемых спортивной этикой. Спортивно этическое воспитание в занятиях с юными спортсменами осуществляется непосредственно в спортивной деятельности.

Поведение спортсмена ориентируется на конкретные этические нормы, реализуемые как в условиях избранного вида спорта, так и спортивного движения в целом. Приверженность нормам спортивной этики побуждает спортсмена к честной спортивной борьбе, исключая возможность использования допингов.

Спортивно-этические нормы предписывают спортсмену следовать общим социально-правовым нормам общества. Спортивно-этическое и правовое воспитание неразрывно связано с гуманистической моралью, культурой межличностных отношений. Усвоение спортсменом социально правовых норм является основой для уважительного отношения к соперникам и товарищам по команде независимо от их национальности и вероисповедания.

3.3. ФОРМЫ И МЕТОДЫ ВОСПИТАНИЯ

Ключевой формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействий в процессе учебно-тренировочного занятия в том числе с участием родителей.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (тренера и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности;

методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3.4. УСЛОВИЯ ВОСПИТАНИЯ, АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации учебно-тренировочного процесса, соревнований, бесед, дней открытых дверей на базе реализации программы МАУДО «СПШ№4» МО Динской район в соответствии с нормами и правилами работы учреждения.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе тренерско-преподавательского наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к тренерам-преподавателям, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения.

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

3.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

- развиты навыки юных спортсменов и их мотивация к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения ;
- проявление у детей общей культуры личности и активной жизненной позиции, инициативности, самостоятельности и ответственности, а также интереса к здоровому образу жизни;
- приобретен опыт трудолюбия и профессионального самоопределения с учетом возраста;
- вовлечение учащихся к систематическим занятиям в учебно-тренировочных группах;
- ориентирование спортсмена на формирование профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению, как в спорте, так и в различных сферах жизни общества;
- сформировано уважительное отношение к соперникам и товарищам по команде независимо от их национальности и вероисповедания.

3.6. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1	Профилактика травматизма	Беседы: Понятие травматизма Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки. Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря. Влияние физической нагрузки на организм. Практическое изучение: Формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима	в течение года
2.	Патриотическое воспитание обучающихся		
2.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	Беседы: «Наш дом- Россия» «Война-печальной слова нет» Ознакомление Государственными символами России «Легкоатлетический кросс, посвященный победе советского народа в Великой Отечественной войне»; Турнир посвященный «Дню защитника Отечества»; «Своих не бросаем»; «Мы помним тебя, Беслан» Организация встреч с именитыми спортсменами, ветеранами военной службы, проведение бесед, мастер-классов, показательных выступлений.	в течении года май февраль сентябрь в течение года
2.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;	В течение года

		- показательные выступления обучающихся перед школьниками, представителями различных общественно-политических организаций; - анкетирование, опрос обучающихся и членов их семей	
3.	Развитие творческого мышления		
3.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов; - квалифицированная реклама жизнедеятельности сильнейших спортсменов России и пропаганда побед отечественного спорта на международной арене в прошлом и настоящем	В течение года
4.	Профилактика правонарушений и асоциального поведения обучающихся		
4.1	Вовлечение учащихся школ к систематическим занятиям в учебно-тренировочных группах	- проведение внутришкольных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий	в течение года
4.2	Разъяснение негативных последствий правонарушений и приема психоактивных веществ	- проведение бесед, круглых столов с приглашением специалистов; - проведение бесед о здоровом образе жизни,	в течение года
4.3	Физкультурно-спортивная деятельность как альтернатива вредным привычкам	- проведение месячника, приуроченного к Всероссийской акции «Спорт против наркотиков» - проведение Декады спорта и здоровья	октябрь-ноябрь во время зимних школьных каникул
5.	Связь с семьей		
5.1.	Ознакомить родителей об ответственности за воспитание своих детей. Помощь родителям в воспитании своих детей	- проведение родительских собраний, - проведение бесед, круглых столов с приглашением специалистов. - Разработка рекомендаций для родителей «Что делать, если в дом пришла беда», «Создание дома свободного от наркотиков». - Совместная деятельность родителей и	1 раз в полугодие

		обучающихся: -умственное развитие -воспитание нравственной культуры -воспитание эстетической культуры -воспитание физической культуры и здорового образа жизни -воспитание трудолюбия и профориентация	
5.2.	Привлечь родителей к проведению и участию в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях	-проведение внутришкольных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий совместно с родителями	в течение года
5.3	Информировать родителей о содержании и проведении учебно-тренировочного процесса.	- проведение дня открытых дверей в учебно-тренировочных группах	2 раза в год

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для тренеров-преподавателей:

1. И.Д.Свищев, В.Э. Жердев, Л.Ф. Кабанов, В.Л. Кабанов, Н.Г. Михайлов, С.И.Кришук«Дзюдо. Учебная программа для учреждений дополнительного образования». М. «Советский спорт», 2003 г.
2. С.В.Ерегина, И.Д.Свищев, С.И.Соловейчик, В.А.Шишкин, Р.М.Дмитриев, Н.Л.Зорин, Д.С.Филиппов «Дзюдо: программа для учреждений дополнительного образования и клубов Национального Союза дзюдо и Федерации дзюдо России».М. «Советский спорт», 2005 г.
3. Игуменов В.М. «Спортивная борьба», «Просвещение» 2010 г.
4. Крепчук И.Н., Рудницкий В.И. Специализированные подвижные игры единоборства. Минск: Изд. «Четыре четверти», 1998. - 120 с.
- 5.

Список литературы для родителей:

1. В.В.Путин, В.Шестаков, А.Левицкий «Учимся дзюдо с Владимиром Путиным».
- 2.В.Б.Шестаков, С.В.Ерегина «Теория и методика детско-юношеского дзюдо»,«ОЛМА Медиа Групп» Москва 2008.

Список литературы для учащихся:

1. Богун П.Н. «Игра как основа национальных видов спорта», «Просвещение» 2008 г.
2. Жуков М.Н. Подвижные игры на уроках, переменах, «Асадема», 2006 г.
3. Коджасперов Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры «Дрофа», 2008 г.