

Комитет образования города Курска
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детский дом искусств «Ритм» г. Курска»

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» мая 2023 г. № 4

Утверждаю

Директор МБУДО «Дом искусств
«Ритм»

Е.Г. Атрепьева

Приказ от «31» мая 2023 г. №116



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Юный защитник»
(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:

Прядкин Дмитрий Анатольевич,

Панькова Юлия Сергеевна,

педагоги дополнительного образования

В программу внесены изменения и дополнения в соответствии с приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» мая 2023 г.
Протокол № 4

Утверждаю

Директор МБУДО «Дом искусств
«Ритм»»

С.Г. Атрепьева
Приказ от «31» мая 2023 г. № 116



Оглавление

1. Комплекс основных характеристик программы	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цель программы	8
1.3. Задачи программы	8
1.4. Планируемые результаты	9
1.5. Содержание программы	11
2. Комплекс организационно-педагогических условий	15
2.1. Календарный учебный график	15
2.2. Оценочные материалы	15
2.3. Формы аттестации	19
2.4. Методические материалы	20
2.5. Условия реализации программы	26
3. Рабочая программа воспитания	27
4. Список литературы	31
Приложения	33

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Программа «Юный защитник» разработана на основе следующей нормативно-правовой базы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 07.10.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 14.01.2021 г. № 127 ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 01.12.2022) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».

- Приказ Минтруда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 N 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 № 66403).

- Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 № 882/391 (в ред. от 26.07.2022) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678 р).

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).

- Постановление 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» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573).

- Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

- Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО (ред. от 23.12.2022) «Об образовании в Курской области» (принят Курской областной Думой 04.12.2013).

- Приказ Комитета образования и науки Курской области от 30.08.2021 №1-970 (ред. от 01.04.2022) «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей в Курской области».

- Приказ Министерства образования и науки Курской области от 17.01.2023 №1-54 «О внедрении единых подходов и требований к проектированию, реализации и оценке эффективности дополнительных общеобразовательных программ».

- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детский дом искусств «Ритм» г. Курска» (утв. приказом комитета образования города Курска от 25 декабря 2015 года № 1322).

- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программе муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детский дом искусств «Ритм» г. Курска» (утв. приказом по учреждению от 15 февраля 2023 года № 45а).

- Положение о промежуточной аттестации учащихся различных форм объединений (утв. приказом по учреждению от 15 февраля 2023 года № 45а).

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы на сегодняшний день несомненна, так как смешанные единоборства помогают развивать у мальчишек такие качества, как сила воли, настойчивость, уверенность в себе, необходимость противостоять противнику, что является обязательными навыками для службы в рядах Российской армии, да и в жизни вообще.

У ребят, занимающихся единоборствами, происходят положительные сдвиги в нервно-психической сфере: вырабатывается уравновешенность, уверенность в своих силах, трудолюбие, настойчивость, смелость, уменьшается бытовая агрессивность.

Под влиянием занятий боевыми искусствами развиваются и совершенствуются не только двигательные качества (сила, выносливость, быстрота, ловкость, гибкость), но и вегетативные функции – кровообращение, дыхание, пищеварение и др.

В последние 20-30 лет в развитии спортивных единоборств намечается тенденция к универсализации, что приводит к образованию новых видов единоборств и преобразованию уже существующих. В России и за рубежом стали очень популярны, особенно среди молодежи, так называемые «смешанные» или «комплексные» единоборства. Такое название среди любителей единоборств они получили потому, что в отличие от классических единоборств в них используется комплексный технический арсенал как ударных (удары руками и ногами из бокса, кикбоксинга, тайского бокса, каратэ, тхэквондо), так и борцовских технических действий (всевозможные броски и болевые приемы из самбо, дзюдо, греко-римской и вольной борьбы), происходит не только слияние ударной и бросковой техники, но и синтез различных методик технико-тактической, физической и психологической подготовки различных систем, как спортивных, так и боевых единоборств, которые рассматриваются не отдельно, а в комплексе, как взаимосвязанные звенья единой системы.

Боевые искусства требуют от подростка высокой степени не только физического, но и умственного развития. В спарринге побеждает «быстро думающий» боец, способный творчески разбираться в постоянно меняющихся ситуациях на ринге, хорошо подготовленный технически и тактически.

На основании социального запроса и с целью привлечения детей к систематическим занятиям спортом разработана дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Юный защитник» (смешанные единоборства).

При разработке программы «Юный защитник» учтен уже имеющийся опыт работы МБУДО «Дом искусств «Ритм» и проанализированы дополнительные общеобразовательные программы физкультурно- спортивной направленности.

Отличительные особенности данной программы от существующих программ в других видах спорта заключается с том, что в программе осуществляется

специфическая установка на изучение техники и тактики смешанных единоборств. Ярко просматривается связь оздоровительной и спортивной направленности. Образование предполагает искусство педагога предоставлять учащимся содержание образования в наиболее доступной для них форме и наиболее действенными методами.

Все образовательные процессы носят двусторонний характер: каждому действию педагога соответствует определенная деятельность учащегося. Деятельность педагога по организации физической активности юных бойцов имеет решающее значение и не может быть отменена или заменена каким-либо другим процессом. Образовательный процесс невозможен также без поддержания педагогом интереса, любопытства, любознательности и положительного эмоционального настроения учащихся.

Каждый элемент образовательного процесса сопровождается оценкой его результатов, для дальнейшего анализа, поощрения, наказания и коррекции. Но при этом существенно учитываются моральные и физические усилия учащихся.

Программа предусматривает поэтапное развитие необходимых черт характера и свойств личности, способностей, двигательных и координационных качеств.

Новизна данной образовательной программы заключается в отсутствии аналогичных программ по смешанным единоборствам, так как изначально контактные виды борьбы были разработаны как система специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов.

Уровень программы – стартовый. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Результатом обучения является участие в спортивных праздниках, в спортивно-массовых мероприятиях, а также формированию потребности в систематических занятиях физической культурой.

Адресат программы, программа адресована детям среднего и старшего школьного возраста 12-17 лет.

Средний (подростковый) школьный возраст называют переходным, так как в этот период происходит переход от детства к юности. Приближение к взрослому состоянию отчетливо проявляются в тех своеобразных чертах физического и духовного развития, которые отличают подростков от младших школьников. Прежде всего, по-иному протекает их физическое развитие. Оно характеризуется большей интенсивностью, неравномерностью и значительными осложнениями, связанными с началом полового созревания.

В физическом развитии наблюдается непропорциональность: конечности растут быстрее, развитие же туловища несколько отстает. Подростки отличаются большой подвижностью, повышенной резвостью, стремлением к деятельности и практическому приложению своих сил, но и мышцы, и кровеносная система еще окрепли недостаточно, поэтому подростки быстро устают, не в состоянии переносить длительное физическое напряжение и чрезмерные физические нагрузки. Вот почему правильное дозирование физических нагрузок является важной задачей при организации практической деятельности подростков.

Старший школьный возраст характеризуется бурными и глобальными

переменами в жизни учащегося. Он познает себя, пробует свои силы, стремится самоутвердиться в глазах сверстников. Занятия спортивными единоборствами позволяют учащимся обрести уверенность в себе, развить имеющиеся способности, повысить свой социальный рейтинг.

В этом возрасте, юноши и девушки приближаются к завершению своего формирования, на первое место выходит профессионализм – это чёткий график достижения целей. Они полны сил и энергии, стремятся активно проявлять себя в различных видах деятельности. Начинают определяться их жизненные и профессиональные интересы.

Важным аспектом задачи, стоящей перед педагогом дополнительного образования, является понимание учащихся. Знание характерных особенностей детей различных возрастов поможет педагогу:

- понять внутренний мир, поведение детей;
- правильно спланировать время занятий;
- подготовиться к важным мероприятиям;
- вести занятия с большей эффективностью.

Таблица 1

Возрастные и психологические особенности детей

Возраст детей	Период детства	Возрастные и психологические особенности детей
12-14 лет	Ранний подростковый период	У ребёнка наблюдается: - приспособляемость к быстрорастущему телу; - установление здоровой подростковой независимости; - достижение чувства самосознания; - самопринятие, признание и развитие хороших сторон, и признание и исправление плохих сторон.
15-17 лет	Средний подростковый период	Ребёнок: - достигает зрелых взаимоотношений с ровесниками обоих полов; - играет мужскую или женскую роль в обществе; - принимает свое физиологическое развитие и учится эффективно использовать свой организм; - достигает эмоциональной независимости от родителей и других взрослых; - выбирает профессию и готовится к ее приобретению; - развивает интеллектуальные навыки и представления, необходимые для гражданской компетенции; - достигает социально-ответственного поведения.

12-14 лет. Это время освоения тактического мышления. Мозг подростка уже готов решать тактические задачи и принимать быстрые решения. В этот момент тренер уже видит, кто из ребят может стать настоящим чемпионом;

15-17 лет. Это возраст, когда подросток должен показать все приобретенные навыки. Сильных игроков формируют в команды для участия в важных соревнованиях. В это время начинается старт в спортивной карьере, ведь ребята уже имеют спортивные разряды и могут участвовать во взрослых соревнованиях.

Условия набора детей: группы формируются по возрастному принципу из детей, проявляющих интерес к спорту, смешанным единоборствам, при наличии

справки об отсутствии у учащегося медицинских противопоказаний для освоения соответствующей программы. В целях предупреждения нарушения здоровья у учащихся предусматриваются мероприятия:

- диспансерное обследование не менее 1 раза в год;
- дополнительный медицинский осмотр перед участием в соревнованиях, контрольных нормативах, после болезни или травмы;
- контроль за использованием спортсменами фармакологических средств.

Рассчитана программа на любой социальный статус детей, имеющих различные возрастные, интеллектуальные, художественные, творческие способности.

Наполняемость групп – 15 человек.

Объем и срок освоения программы.

Программа «Юный защитник» рассчитана на один год обучения.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 216.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 академических часа (длительность академического часа – 45 минут; перерыв между часами одного занятия – 10 минут).

Язык обучения: русский.

Формы обучения – очная; заочная – в активированные дни и во время карантина занятия по программе проводятся с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (информационно-коммуникационной образовательной платформы «Сферум» с использованием российского мессенджера – «VK Мессенджер»).

Форма проведения занятий – групповая, состав обучающихся разновозрастной, постоянный.

Особенности организации образовательного процесса

Форма реализации программы – традиционная – реализуется в рамках учреждения.

Набор в группы осуществляется через регистрацию заявки в АИС «Навигатор дополнительного образования детей Курской области» <https://p46.навигатор.дети>

1.2. Цели программы

Цель программы – развитие и совершенствование физического и духовного воспитания личности через занятия смешанными единоборствами.

1.3. Задачи программы

Образовательные:

- Знакомить с базовой техникой смешанных единоборств.
- Учить самозащите посредством изучения техники и тактики смешанных единоборств: каратэ, тхэквондо, самбо, дзюдо и другие.
- Формировать навыки выполнения обширного комплекса физических упражнений и подвижных игр.
- Совершенствовать показатели физической подготовленности учащихся.
- Формировать стойкий интерес к занятиям спортом.
- Выявлять перспективных детей для дальнейших занятий смешанными

боевыми единоборствами.

Развивающие:

- способствовать развитию основных физических качеств у учащихся: силы, скорости, гибкости, выносливости, ловкости.
- способствовать развитию основных психических процессов: внимание, память, мышление.
- способствовать развитию мотивации к созидательной, творческой деятельности, личному совершенствованию;
- способствовать развитию и совершенствованию у обучающихся умений самонаблюдения, планирования, действия на опережение.
- способствовать развитию и укреплению мускулатуры и опорно-двигательного аппарата;
- способствовать развитию интеллекта (передача специальных физкультурных знаний, осмысливание собственных действий при освоении движений сложной координации, развитие сообразительности, развитие быстроты мышления, организация проблемных ситуаций, судейско-тренерская практика).
- готовить к участию в соревнованиях.

Воспитательные:

- воспитывать высокие морально-волевые качества, как постоянных черт характера;
- формировать гуманистическое мировоззрение и нравственное поведение;
- воспитывать этические ценности;
- способствовать воспитанию дисциплинированности, честности, трудолюбия, целеустремленности;
- приучать к соблюдению правил техники безопасности на тренировках и в повседневной жизни;
- воспитывать эстетические ценности;
- воспитывать навыки личной гигиены спортсмена.

1.4. Планируемые результаты

В результате освоения содержания программы учащиеся должны

Знать:

- спортивные термины и понятия в области физкультуры и спорта;
- технику выполнения общефизических упражнений;
- технику выполнения специальных упражнений;
- виды и правила соревнований по смешанным единоборствам;
- технику ударов руками и ногами;
- технику защиты от ударов руками и ногами;
- способы перемещения в боевой стойке;
- правила безопасности и гигиены.

Уметь:

- наносить одиночные удары, серии из нескольких ударов;
- выполнять боевую стойку и перемещаться в ней;
- защищаться от ударов руками, ногами;
- выполнять ответные контратакующие действия;
- вести бой с несколькими противниками;

- использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга.

Владеть:

- владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств.

В результате занятий по программе у детей будут сформированы устойчивый интерес к изучаемому материалу, адекватная позитивная самооценка и самовосприятие; развиты чувства сочувствия, сопереживания, ответственности за выполнение поставленной задачи.

Учащийся по итогам освоения программы приобретёт результаты:

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- умение принимать и сохранять учебную задачу;
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.

Коммуникативные УУД:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые средства для решения различных коммуникативных задач, владеть диалогической формой коммуникации;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Познавательные УУД:

- поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- анализ ситуаций с выделением существенных и несущественных признаков;
- умение проводить сравнение, классификацию по критериям.

Личностные результаты

Учащимися проявлены:

- широкая мотивационная основа спортивной деятельности, включающая учебно-познавательные, социальные и внешние мотивы;
- адекватное понимание причин успешности (неуспешности) спортивной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в спортивной деятельности.

1.5. Содержание программы

Таблица 2

Учебный план

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Количество часов			Форма аттестации / контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие.	2	1	1	Тестирование / стартовая диагностика
2.	История возникновения развития смешанных единоборств в России, Европе, мире.	6	6	-	Викторина / текущий
3.	Анатомия и физиология человека.	14	14	-	Опрос / текущий
4.	Общеспортивная подготовка.	50	16	34	Сдача нормативов / тематический
5.	Технико-тактическая подготовка	50	16	34	Упражнение / текущий
6.	Специальная физическая подготовка	44	14	30	Практическая работа / текущий
7.	Соревновательная деятельность.	21	3	18	Соревнования / тематический
8.	Воспитательные мероприятия.	6	2	4	Беседа / текущий
9.	Повторение.	21	-	21	Зачет / текущий
10.	Итоговое занятие.	2	-	2	Мини-турнир / итоговый
	Итого:	216	72	144	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по ТБ, пожарной безопасности, оказанию первой помощи, дорожному движению (для пешеходов). Правила поведения в учреждении, в спортивном зале и общественных местах. Знакомство с содержанием дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный защитник» (смешанные единоборства). План работы секции на учебный год.

Практика: Знакомство детей с педагогом, друг другом. Стартовая

диагностика.

Формы проведения занятий: вводное занятие.

2. История возникновения развития смешанных единоборств в России, Европе, мире.

Теория: Виды спорта. История возникновения и развития смешанных единоборств в различные исторические эпохи. Развитие смешанных единоборств в Курской области.

Формы проведения занятий: видео-экскурсия, обзорная экскурсия, учебно-практическое занятие.

3. Анатомия и физиология человека.

Теория: Краткие сведения из анатомии и физиологии человека (опорно-двигательный аппарат и нервная система), влияние физических упражнений на организм. Строение и функции мышц. Изменение в строении и функциях мышц под влиянием занятий спортом. Значение режима и питания для занимающихся единоборствами и требования к ним. Гигиена борцов. Закаливание организма спортсмена. Виды закаливания. Общее понятие об инфекционных заболеваниях, источники инфекции и пути их распространения. Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом. Пути распространения инфекционных заболеваний. Меры личной и общественной профилактики.

Презентации: «Суточный режим борца», «Питание борца», «Личная гигиена борца».

Формы проведения занятий: Веселые старты.

4. Общефизическая подготовка.

Теория: Методика воспитания силовых способностей. Понятие быстроты, формы ее проявления. Методы воспитания быстроты движений. Воспитание быстроты простой и сложной двигательной реакции, облегчение внешних условий, лидирование, использование эффекта варьирования отягощениями. Гибкость и ее развитие. Виды проявления ловкости. Методика воспитания ловкости.

Практика: Разучивание и закрепление упражнений:

на укрепление мышечного корсета, повышение силовой выносливости, улучшение эластичных мышц, исправление дефектов телосложения и осанки:

- упражнения со штангой, гириями и другими отягощениями;
- отжимания, подтягивания, приседание;
- прыжковые упражнения с продвижением;

на развитие способности проявлять силу в различных движениях, повышение способности концентрировать внимание и усилия:

- упражнения со штангой;
- изометрические (статические) упражнения (выжимание, подтягивание, скручивание);
- прыжковые упражнения с предметной нацеленностью;
- метание снарядов в цель;

на повышение общей быстроты движений, улучшение координации движений, повышение ловкости, повышение общей выносливости:

- общеразвивающие подготовительные упражнения с возможно большей быстротой;

- бег на 20-50 м. с ходу и со старта, эстафетный и с гандикапом, эстафетный с препятствиями;

- спортивные и подвижные игры;

воспитание воли к перенесению утомления, укрепление мускулатуры и суставно-связочного аппарата, выработка умения расслабляться:

- общеразвивающие упражнения с предметами (гантели, скакалки, набивной мяч, палка и др.) и без них поточным и круговым методом;

развитие общей гибкости, повышение эластичности мышц, улучшение координации движений:

- упражнения с большой амплитудой во всех суставах и во всех направлениях (наклоны, повороты, вращения, сгибания, размахивания и т.д.) на снарядах, с предметами и без них.

Формы проведения занятий: Игровые задания.

5. Техничко-тактическая подготовка.

Теория: Значение и цель технико-тактической подготовки борцов. Роль физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, выносливость, сила, скорость) в освоении техники смешанных единоборств, для маневренности и подвижности борца на ринге.

Практика: Выполнение упражнений:

на развитие координации:

- акробатические, гимнастические и легкоатлетические упражнения;
- кувырки вперед, назад;
- кувырки со страховкой.

на развитие силы и скоростно-силовых качеств:

- силы мышц туловища и плечевого пояса;
- силы мышц стопы, голени и бедра;

на развитие гибкости:

- упражнения без предметов;
- упражнения с предметами: гимнастической палкой, скакалкой, мячами (по одному и в парах);

- упражнения на гимнастической скамейке;

на развитие выносливости:

- упражнения низкой, средней и высокой интенсивности.

Формы проведения занятий: Игровые задания.

6. Специальная физическая подготовка.

Теория: Значение и цель специальной физической подготовки борцов. Роль физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, скорость) в овладении техники и тактики ведения боя. Виды сдачи. Способы удерживания соперника. Правильная бойцовская стойка и передвижения в бойцовской стойке.

Практика: Выполнение упражнений:

на развитие ловкости:

- применение необычных исходных положений;
- «зеркальное» выполнение упражнений;
- изменение скорости или темпа движений;
- изменение пространственных границ, в которых выполняется

упражнение;

- смена способов выполнения упражнений;
- усложнение упражнения дополнительными движениями.

на развитие быстроты:

- для повышения скорости старта в простой и сложной ситуации;
- для совершенствования стартового разгона;
- для повышения абсолютной скорости;
- для повышения скорости рывково-тормозных действий;
- для повышения скорости переключения от одного действия к

другому;

на развитие силы и скоростно-силовых качеств:

- силы мышц туловища и плечевого пояса;
- силы мышц стопы, голени и бедра;

на развитие выносливости:

- упражнения низкой, средней и высокой интенсивности.

Обучение сдачи различными способами: похлопывание по коврику; по сопернику.

Обучение удерживанию соперника различными способами: в партере сбоку; со стороны головы; с позиции верхом.

Формирование умений и навыков удержания свободной стойки на коврике.

Отработка навыка начинать передвижение всегда с ноги, ближней к направлению передвижения, при этом ставить ногу так, чтобы на нее не переносить сразу вес тела.

Формы проведения занятий: Игровые задания.

7. Соревновательная деятельность.

Теория: Беседы на темы: «Личность и коллектив», «Духовный мир человека».

Правила техники безопасности во время соревнований.

Практика: Соревнования на первенство ОУ, области.

Формы проведения занятий: практическая работа, соревнования.

8. Воспитательные мероприятия.

Теория: Психологическая подготовка:

Просмотр видеоматериалов с соревнований по самбо, кудо, джиу-житсу, боевому самбо:

- популяризация смешанных единоборств;
- мотивация успеха учащихся;
- пропаганда здорового образа жизни, осознанной потребности в разумном досуге.

Практика: Встреча с выдающимися спортсменами города. Посещение спортивных соревнований городского и областного уровней. Экскурсия в СКК.

Формы проведения занятий: практическая работа, соревнования.

8. Повторение.

Практика: Закрепление пройденного материала. Выполнение заданий разной степени сложности, которые позволят диагностировать знания учащихся.

Формы проведения занятий: беседа, практическое занятие.

9. Итоговое занятие.

Практика: Демонстрация знаний, умений и навыков по изученному материалу за учебный год в форме конференции. Итоговая диагностика.

Формы проведения занятий: зачёт, соревнование.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график является составной частью программы, содержащей комплекс основных характеристик образования и определяющей даты начала и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель и количество учебных дней, праздничные и нерабочие дни, сроки контрольных процедур, и составляется для каждой учебной группы.

2.2. Оценочные материалы

Контроль используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач, является комплексным, проводится регулярно и своевременно, основывается на объективных и количественных критериях.

Контроль обучения осуществляется систематически и реализуется в различных формах:

- педагогическая диагностика;
- текущий контроль;
- тематический контроль;
- итоговый контроль.

Педагогическая диагностика реализуется с целью установления и изучения признаков, характеризующих состояние и результаты процесса обучения. Включает в себя входную, промежуточную и итоговую диагностику обучающихся.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии с целью установления качества и эффективности выбранных форм занятий, методов обучения и способов деятельности обучающихся, а также с целью проверки усвоения ими содержания образовательной программы. Текущий контроль осуществляется с помощью педагогического наблюдения, игр, бесед, индивидуальных и групповых заданий различных типов.

Тематический контроль осуществляется по окончании изучения определенного раздела программы с целью установления степени усвоения обучающимися содержания образовательной программы и планирования педагогической деятельности, деятельности на следующих этапах обучения, определения необходимости коррекции знаний и умений, повторения уже изученного материала. Тематический контроль организуется в форме образовательных игр, использующих и расширяющих основные понятия, факты, термины и определения раздела с включением задач экспериментального характера. При проведении тематического раздела при необходимости используются тестовые задания, задания проблемного и эвристического характера.

Итоговый контроль осуществляется на этапе завершения обучения по данной программе и включает в себя понятия, факты, термины и определения по всему содержанию программы. Обязательной частью итогового контроля является представление обучающимися выполненных индивидуально или в небольших

группах самостоятельно разработанных экспериментов, небольших исследований. Итоговый контроль может быть осуществлен в форме итоговой научно-практической конференции.

Кроме того, педагог в течение года проводит комплексный контроль за физическим развитием, состоянием здоровья учащихся и освоением ими программного материала (Таблица 3).

Комплексный контроль включает:

- педагогические наблюдения за поведением учащихся в коллективе, вовремя занятий, соревнований;
- определение уровня теоретических знаний в ходе бесед, занятий по тактике и в процессе выполнения специальных заданий;
- метод экспертных оценок – определение уровня подготовленности ребят на данном этапе соревнований и тренировок;
- видеозапись соревновательной деятельности учащихся, позволяющая увидеть уровень технико-тактической подготовленности и двигательной активности (работоспособности) каждого ребенка;
- исследование психомоторных функций – определение и анализ наиболее важных показателей, характеризующих быстроту и точность движений.

Таблица 3

Дети должны знать	Должны уметь	У детей должны быть развиты	Должны быть воспитаны
<ul style="list-style-type: none"> - виды спорта; - историю возникновения и развития смешанных единоборств; - краткие сведения из анатомии и физиологии человека, влияние физических упражнений на организм; - способы сдачи, удерживания соперника; - основы техники боя. 	<ul style="list-style-type: none"> - выполнять простейшие формы борьбы (поединка), способы самообороны; - выполнять основные приемы на коленях и в стойке, в борьбе лежа – выполнять передвижения, перемещения, простейшую бросковую технику, имитационные упражнения; владеть основами тактики боя. 	<ul style="list-style-type: none"> - мышечная система, костно-связочный аппарат; - достаточная подвижность в суставах, координация движений; - основные функции мышления: сравнения, самоанализа; - физические качества: сила, выносливость, терпение. 	<ul style="list-style-type: none"> - волевые качества: настойчивость, смелость, решительность, уверенность; - вежливость, уважение к результатам своего и чужого труда; - спортивное трудолюбие, ответственность в соревнованиях.

Для отслеживания качества усвоения детьми изучаемого материала проводится стартовая, промежуточная и итоговая диагностика, с использованием

единой шкалы оценки результатов (Таблица 4):

- *минимальный уровень* – ребёнок выполняет образовательную программу не в полном объеме;
- *базовый уровень* – ребёнок стабильно занимается, выполняет образовательную программу;
- *повышенный уровень* – ребёнок проявляет устойчивый интерес к занятиям, принимает участие в соревнованиях;
- *творческий уровень* – ребёнок проявляет ярко выраженные способности к изучаемому виду деятельности, занимает призовые места в соревнованиях.

Таблица 4

Уровень освоения	Действие в стандартных условиях
Минимальный	Владеет минимальным набором понятий и определений. Называет и выполняет с грубыми ошибками. Не испытывает потребности в тесном творческом общении с другими учащимися, не участвует в массовых мероприятиях объединения.
Базовый	Осознанно употребляет специальную терминологию в построении речевых формулировок с последующим обоснованием примененного определения. Называет и выполняет с незначительными ошибками. Проговаривает последовательность действий. Слушает и понимает речь других. Проявляет активность, терпение, усидчивость. Обладает хорошими коммуникативными способностями, легко идет на контакт, активно участвует в массовых мероприятиях объединения, готов помочь и работать совместно с другими учащимися.
Повышенный	Называет и выполняет без ошибок. Не испытывает затруднений при выборе оптимальных техник, свободно комбинирует их между собой под свойства конкретного материала. Проявляет креативность, вариативность и самостоятельность в выполнении задания. Совместно с педагогом и другими учащимися дает эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Проявляет творческую и публичную активность в плане участия в соревнованиях.
Творческий	Ведет творческий самостоятельный поиск и нацелен на результат. Участвует и добивается высоких результатов в соревнованиях.

Способы определения результативности программы.

Степень соответствия ожидаемых и полученных результатов устанавливается на основании таких показателей, как:

Уровень теоретической подготовки:

- соответствие знаний детей программным требованиям;
- осмысленность и правильность использования специальной терминологии;
- широта кругозора.

Уровень практических умений и навыков:

- соответствие практических умений и навыков программным требованиям;
- владение спортивным оборудованием;
- креативность в выполнении практических заданий.

Общеучебные умения и навыки ребенка:

- самостоятельность в подборе и анализе информационных источников;
- самостоятельность в работе;
- самостоятельность в построении дискуссионного выступления;
- адекватность восприятия информации, идущей от педагога и других обучающихся;
- свобода владения и подачи учащимися подготовленной информации;
- способность самостоятельно готовить свое рабочее место;
- соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям;
- аккуратность и ответственность в работе.

Анализ динамики личностного развития учащихся осуществляется по трем направлениям:

- Организационно-волевые качества (терпение, воля, самоконтроль);
 - Ориентационные свойства личности (мотивация, познавательная активность учащихся);
 - Поведенческие характеристики (конфликтность, тип сотрудничества).
- Показателями в данном случае выступают: способность переносить известные учебные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности, активно побуждать себя к практическим действиям, умение контролировать свои поступки, способность оценивать себя адекватно, осознанное участие ребенка в освоении программы, способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации, умение воспринимать общие дела как свои собственные.

Методы контроля: тестирование, беседа, анкетирование, наблюдение, практические работы, кроссворд, викторина, зачёт, сдача нормативов. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: диагностическая карта, аналитическая справка, соревнования, открытое занятие, портфолио.

Данная программа хорошо работает на последствие. Приобретенные знания и умения дети могут реализовать не только в объединении, но и в школьной учебной деятельности.

Программа предусматривает проведение психолого-педагогического мониторинга, включающего в себя:

1. Определение уровня личностного развития обучающихся.
2. Проведение входного контроля и итоговой аттестации освоения дополнительной общеобразовательной программы. Определение динамики достижения предметных, метапредметных и личностных результатов.

3. Наблюдения за социально значимой деятельностью обучающихся, в которых отражаются все достижения и результаты в предметной и метапредметной сфере.

Оценка личностных, предметных и метапредметных результатов происходит согласно уровню их сформированности (низкий, средний, высокий) и отражаются в карте показателей результативности деятельности личностного развития обучающихся, в протоколах результатов входного контроля, итоговой аттестации и в карте социально значимой деятельности.

Используя методы наблюдения, оценивается развитие личности обучающихся по следующим показателям:

- мотивация к познанию и творчеству в деятельности;
- уровень умственной активности;
- гражданская идентичность;
- самооценка;
- отношение к публичной деятельности;
- взаимоотношения со сверстниками;
- взаимоотношения с педагогами.

В соответствии с полученными результатами вносятся коррективы в систему работы, как с коллективом, так и с отдельными обучающимися. Контроль за эффективностью физической подготовки проводится с помощью специальных контрольных нормативов по годам обучения (Приложение), которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств.

При планировании контрольных мероприятий рекомендуется следующий порядок и последовательность выполнения упражнений: на скорость, на силу, на выносливость. В отдельных случаях порядок проверки может быть изменен.

Особое внимание при контроле уделяется соблюдению одинаковых условий: время дня, учет времени приема пищи, предшествующая нагрузка, погода, разминка и т. д. Контрольные проверки желательно проводить в торжественной соревновательной обстановке.

Оценка планируемых результатов освоения программы

Программа предусматривает проведение мониторинга результатов обучения. Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей проходит через участие их в конкурсах, соревнованиях, массовых мероприятиях, создание портфолио. Соревновательная деятельность является важным итоговым этапом занятий.

Создание портфолио является эффективной формой оценивания и подведения итогов деятельности обучающихся.

2.3. Формы аттестации

Для отслеживания и демонстрации образовательных результатов применяются следующие формы: журнал учета работы педагога; собеседование; наблюдение; опрос; самостоятельная работа учащихся; тестирование; конкурсы; результаты тестирования, самостоятельных работ учащихся, конкурсных выступлений; мониторинг, содержащий предметные, метапредметные и личностные результаты обучения.

Основными видами отслеживания результатов освоения учебного материала являются входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль, промежуточная и итоговая аттестация.

Входной контроль проводится в начале обучения с целью предварительного выявления уровня подготовки обучающегося к выбранному виду деятельности; уровня его воспитанности (ценностные ориентиры). Входной контроль проводится в форме анкетирования, беседы.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии с целью установления качества и эффективности выбранных форм занятий, методов обучения и способов деятельности обучающихся, а также с целью проверки усвоения ими содержания образовательной программы. Текущий контроль осуществляется с помощью педагогического наблюдения, игр, бесед, индивидуальных и групповых заданий различных типов.

Промежуточный контроль осуществляется по окончании изучения определенного раздела программы с целью установления степени усвоения обучающимися содержания образовательной программы и планирования педагогической деятельности, деятельности на следующих этапах обучения, определения необходимости коррекции знаний и умений, повторения уже изученного материала. Промежуточный контроль организуется в форме образовательных игр, использующих и расширяющих основные понятия, факты, термины и определения раздела. При проведении промежуточного контроля, при необходимости, используются тестовые задания, задания творческого характера.

Итоговый контроль осуществляется на этапе завершения учебного года или всего периода обучения по программе и включает в себя понятия, факты, термины и определения по всему содержанию программы.

2.4. Методические материалы

Современные педагогические технологии

Освоение программы «Юный защитник» предусматривает использование современных образовательных технологий, что в практике обучения является обязательным условием интеллектуального, творческого развития учащихся: игровые технологии; проектные методы обучения; здоровьесберегающие технологии; технология изучения изобретательских задач (ТРИЗ); технология личностно-ориентированного образования; технология развивающего и интенсивного обучения; технология проблемного обучения; обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа); информационно-коммуникационные технологии.

Любая из этих педагогических технологий является составной частью учебного процесса, а методы и приемы, способы и формы обучения являются ее элементами. Выбор методов занятий зависит от цели, содержания, возрастных особенностей детей, уровня развития детей, материальной базы образовательного учреждения.

Методы обучения.

1. Методы организации учебно-воспитательной работы (словесные, наглядные, практические, репродуктивные проблемно-поисковые).

2. Методы стимуляции и мотивации (требование-совет, требование-доверие,

просьба, условие, поощрение, замечание, соревнование).

3. Методы преподавания (объяснительный, объяснительно-побуждающий, инструктивно-практический).

4. Методы учения (исполнительный, репродуктивный, продуктивно-практический, репродуктивно-поисковый).

Выбор методов занятия зависит от цели, содержания, возрастных особенностей детей, уровня развития детей, психологических и физиологических особенностей детей, материальной базы образовательного учреждения.

Для успешного осуществления занятия учащихся на каждом его этапе необходимо учитывать следующие методические положения:

1. Многолетнюю подготовку учащихся всех возрастов следует рассматривать как единый педагогический процесс, обеспечивающий преемственность задач, средств и методов занятия учащихся на всех этапах такой подготовки.

2. В процессе подготовки всех учащихся нагрузка должна быть направлена на уровень, характерный для следующего этапа.

3. Неуклонный рост объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется в сторону увеличения удельного веса средств специальной физической подготовки.

4. Необходимо обеспечить преемственность и увеличение объема и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок на протяжении многолетней подготовки.

5. Следует строго соблюдать принцип постепенности в тренировочном процессе учащихся. Специальная подготовленность учащегося будет должным образом повышаться лишь в том случае, если нагрузки на всех этапах многолетней подготовки полностью соответствуют возрастным и индивидуальным возможностям учащегося.

6. Преимущественная направленность тренировочного процесса подготовки должна определяться с учетом сенситивных (наиболее благоприятных) периодов развития физических и психических качеств.

7. Обязательное соблюдение необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

Структурирование учебного материала программы построено по принципу «расширяющейся спирали», благодаря чему одна и та же мыслительная операция отрабатывается на занятиях периодически многократно, причем содержание постепенно усложняется и расширяется за счет обогащения новыми компонентами, на основе углубленной проработки каждого двигательного действия. При этом мыслительной операцией является акт мышления, благодаря которому решается элементарная задача, неразложимая на более простые компоненты.

Основой организации работы с детьми по данной программе является следующая система дидактических принципов:

- *Принцип психологической комфортности*: создается образовательная среда, обеспечивающая снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса.

- *Принцип преемственности:* учёт преемственности задач, средств и методов подготовки.

- *Принцип комплексности:* тесная взаимосвязь всех сторон образовательного процесса (физической, психологической и воспитательной работы, педагогического контроля).

- *Принцип вариативности:* вариативность программного материала для практических занятий.

- *Принцип доступности.*

- *Принцип систематичности и последовательности.*

- *Принцип воспитывающего обучения (активность, наглядность).*

- *Принцип прочного усвоения знаний, умений и навыков.*

- *Принцип индивидуального подхода.*

- *Принцип сознательности и активности.*

Неоценимую пользу в освоении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный защитник» оказывает воспитательная работа, которая проводится как во время учебных занятий, так и дополнительно на внутрисклудийных мероприятиях.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;

- высокая организация образовательного процесса;

- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;

- дружный коллектив;

- система морального стимулирования.

Основные организационно-воспитательные мероприятия:

- беседы с учащимися (о развитии науки, о здоровом образе жизни и др.);

- анкетирование учащихся и родителей;

- встречи со спортсменами города, области, страны.

В программе сочетаются взаимодействие педагога с семьей, творчество развитие, эмоциональное благополучие детей и взрослых.

В организации воспитательной работы с учащимися по программе большую роль играет работа с родителями. Успешная работа с родителями (законными представителями) предполагает следующие формы деятельности:

– личные контакты родителей с педагогом;

– родительские собрания;

– консультации и методические рекомендации;

– дни творчества детей и их родителей;

– открытые занятия и внутрисклудийные мероприятия;

– помощь в укреплении материально-технической базы объединения.

В процессе занятий решаются следующие задачи: освоение техники и тактики избранной спортивной дисциплины; совершенствование двигательных качеств и повышение возможностей функциональных систем организма, обеспечивающих успешное выполнение соревновательного упражнения и достижение планируемых результатов; воспитание необходимых моральных и волевых качеств; обеспечение необходимого уровня специальной психической подготовленности; приобретение теоретических знаний и практического опыта, необходимых для успешной

тренировочной соревновательной деятельности.

Обучение происходит систематически, по определенному плану, что позволяет постепенно дозировать нагрузку, увеличивая ее, в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка и его физического развития.

Целесообразной является частая смена упражнений при многократном повторении одного и того же упражнения. Обязательным фрагментом каждого занятия являются разминочные, общеукрепляющие упражнения и упражнения, направленные на развитие гибкости.

В зависимости от конкретных задач на занятиях используются фронтальный способ организации занятий, при котором все учащиеся выполняют одновременно одинаковые движения, и индивидуальный, когда выполняется одно движение в порядке очередности. В процессе занятий необходимо добиваться осознанного отношения детей к выполнению упражнений.

Наиболее целесообразно при обучении детей смешанное использование разных методов организации, ведущее к повышению эффективности занятий. Методика проведения занятий с детьми исходит из особенностей их развития.

Формы организации учебного занятия: Формы проведения учебных занятий подбираются с учетом цели и задач, индивидуальных возможностей и возраста учащихся: беседа; лекция; презентация; учебное, учебно-практическое, тренировочное, практическое занятие; вводное, открытое и итоговое занятие; мастер-класс; занятие-соревнование, мини-турнир.

Формы организации образовательного процесса:

- *фронтальная:* работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- *коллективная:* организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно;
- *групповая:* организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в парах, для выполнения определенных задач;
- *индивидуальная:* работа педагога с одним учащимся для выполнения индивидуальных задач.

Алгоритм учебного занятия:

Структура занятий строится по классическому типу: вводная, основная, заключительная части.

Вводная часть занятия. Задача этой части – активизация внимания, подготовка организма ребенка к физической нагрузке, повышение эмоционального состояния детей. Содержанием вводной части являются: построение, приветствие, перестроение, выполнение строевых упражнений. Кроме того, используются различные виды ходьбы, бега, прыжков, передвижений на четвереньках с опорой на ладони и стопы, ускорения из разных исходных положений и т. д.

Основная часть занятия ставит своей задачей формирование двигательных умений, навыков и развитие физических качеств. Кроме общеразвивающих упражнений, занятия также включают в себя комплексы упражнений на гибкость и растяжку, а также дыхательные упражнения, элементы базовой техники (положений рук, кулака, ладони, запястья, ног, стоп; базовые стойки), подвижные игры с элементами борьбы, общую физическую подготовку (ОФП).

Заключительная часть (заминка) ставит своей задачей снижение эмоциональной и физической нагрузки, приведение организма ребенка в относительно спокойное состояние, построение, рефлексия и ритуал окончания занятия.

Основная цель занятий – оптимизация физического развития подростка, всестороннее совершенствование общих физических качеств в единстве с воспитанием личности юных бойцов.

Учащиеся получают общефизическую подготовку со специальной направленностью, изучают специальные подготовительные упражнения, простейшие формы борьбы (поединка), способы самостраховки, знакомятся с базовыми принципами смешанных единоборств, изучают основные приемы на коленях и в стойке, в борьбе лежа – передвижения, перемещения, простейшая бросковая техника, имитационные упражнения, знакомятся с основами техники спарринга в поединке лежа и стоя.

Занятия позволяют удовлетворить потребность каждого ребенка в систематической и специальной физической подготовке, в овладении рациональной техникой и тактикой боя, позволяют достичь высоких спортивных результатов.

Основную долю программы составляет практическая учебно- тренировочная деятельность, которая проводится на каждом занятии и состоит из 2-х частей:

- общая физическая подготовка (ОФП);
- технико-тактическая подготовка (ТТП).

Большая часть времени отводится на закрепление и совершенствование умений и навыков техники и тактики ведения контактного боя.

Отдельным и показательным элементом учебного процесса является выступление на соревнованиях, где проверяются качество подготовки учащихся и их морально-волевые качества.

Дидактические материалы:

- инструкции по технике безопасности;
- наглядные пособия и раздаточные материалы;
- технологические карты выполнения упражнений;
- аттестационные материалы;
- набор аудиозаписей и видеозаписей, CD.

Методический фонд и средства обучения:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный защитник»;
- конспекты занятий;
- литература по смешанным единоборствам;
- научно-методическая литература;
- тематические папки с подборкой наглядного и познавательного материала по темам и разделам программы для самостоятельной работы учащихся;
- сценарии праздников, досугов и развлечений.

Дидактические материалы

Учебно-наглядные пособия, демонстрационный и раздаточный материалы подобраны и систематизированы в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их

развития и способностями.

Методический фонд и средства обучения:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный защитник»;

- конспекты занятий;

- Сценарии спортивных праздников, досугов и развлечений.

Таблица 6

Дидактико-методические материалы

№ п/п	Название разделов	Методические и дидактические материалы
1.	Вводное занятие.	<ul style="list-style-type: none"> - Электронные средства образовательного назначения (слайдовая презентация); - раздаточный материал для обучающихся (бланки диагностических заданий, карточки с заданиями); - наглядные пособия; - диагностический материал для проведения стартовой диагностики.
2.	История возникновения развития смешанных единоборств в России, Европе, мире.	<ul style="list-style-type: none"> - Учебная литература: И.В. Котов, Снустинов Г.К. Каратэ дошинкан (Самурайский стиль борьбы); Радишевский Е.А. «Джиу-джитсу: практическое руководство»; Хаберзетцер Р. «Каратэ для черных поясов. Техника высшего ранга схватки»; Юркевич А.Г. «Уроки китайской гимнастики»; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентация); - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
3.	Анатомия и физиология человека.	<ul style="list-style-type: none"> - Учебная литература: Астащенко, О. И. «Гимнастика для суставов и сосудов»; Нестерова, Д.В. «Гимнастика для внутренних органов»; - справочная литература; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентация); - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
4.	Общефизическая подготовка.	<ul style="list-style-type: none"> - Учебная литература: И.В. Котов, Снустинов Г.К. Каратэ дошинкан (Самурайский стиль борьбы); Радишевский Е.А. «Джиу-джитсу: практическое руководство»; Хаберзетцер Р. «Каратэ для черных поясов. Техника высшего ранга схватки»; Юркевич А.Г. «Уроки китайской гимнастики»; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации); - методические разработки занятий; - раздаточный материал для обучающихся (карточки с

		<p>заданиями);</p> <ul style="list-style-type: none"> - наглядные пособия.
5.	Технико-тактическая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> - Методические разработки занятий (планы-конспекты занятий); - видеоматериалы (тренировочные видеоролики); - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации, индивидуальные задания, групповые задания); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
6.	Специальная физическая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> - Методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
7.	Соревновательная деятельность.	<ul style="list-style-type: none"> - Учебные пособия; - видеоматериалы; - аудиоматериалы; - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
8.	Воспитательные мероприятия.	<ul style="list-style-type: none"> - Видеоматериалы; - аудиоматериалы; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации); - методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
9.	Повторение.	<ul style="list-style-type: none"> - Методические разработки (планы-конспекты занятий, мастер-классы); - раздаточный материал для обучающихся (тестовые и практические задания); - наглядное пособие «Техника выполнения упражнений».
10.	Итоговое занятие.	<ul style="list-style-type: none"> - Видеоматериалы (видеозаписи занятий и мероприятий); - аудиоматериалы; - электронные средства образовательного назначения (слайдовые презентации); - раздаточный материал для обучающихся (бланки диагностических заданий); - наглядные пособия; - оценочные материалы для контроля за результатами освоения учащимися ДООП; - диагностические методики, позволяющие оценить достижения обучающихся, диагностировать мотивацию достижений личности.

2.5. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в спортивном зале, оборудованном шведской стенкой, покрытием – татами, раздевалками для девочек и мальчиков, спортивным инвентарём, техническими средствами обучения.

Оборудование:

- спортивный зал;
- наличие специального покрытия (татами) на пол;
- спортивный инвентарь: навесной турник, гимнастические кольца, тренажеры, манекены, скакалки, гантели, набивные мячи, шесты, гимнастические скамейки, гимнастические стенки, перекладины, штанги, гири, настенные подушки, лапы;
- спортивная форма: борцовки, спортивные куртки, чешки, защита на колени и локти;
- шкафы для хранения тренировочных манекенов;
- настенные часы;
- весы для взвешивания детей;
- музыкальный центр;
- телевизор;
- ноутбук;

Информационное обеспечение:

- Наличие официального сайта ОО в сети Интернет.
- Наличие официальной группы vk.com.

Технические средства обучения:

- Технические средства обучения: интерактивная панель, компьютер, принтер, телевизор, музыкальный центр, фотоаппарат, видеокамера.

Кадровое обеспечение:

- наличие квалифицированного педагога дополнительного образования;
- взаимодействие с педагогом-психологом, педагогом-организатором и методистом образовательного учреждения;
- сотрудничество с ведущими деятелями в области физкультуры и спорта города, области.

Календарный учебный график является составной частью программы, содержащей комплекс основных характеристик образования и определяющей даты и окончания учебных периодов/этапов, количество учебных недель, сроки контрольных процедур, и составляется для каждой учебной группы.

3. Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания «Юный защитник» решает основную идею комплексного подхода в образовательно-воспитательном процессе обучения, предполагая применение нестандартных форм и методов работы с детьми, т.к. воспитывающая деятельность имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Воспитательная система сочетает в себе традиционные ценности и инновационные подходы к воспитанию, создает условия для дальнейшего совершенствования процесса воспитания подрастающего поколения. Программа реализует модель воспитания детей с использованием культурного наследия города

Курска и Курской области, традиции народов, направленных на сохранение развития этнокультурного и языкового многообразия страны.

Цель программы: создание благоприятных условий для формирования активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции и приобретения обучающимися опыта осуществления социально значимых дел.

Задачи программы:

- предоставлять возможности каждому ребёнку участвовать в культурно-досуговой деятельности;
- содействовать в организации единого образовательного пространства, разумно сочетающего внешние и внутренние условия воспитания обучающегося;
- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- содействовать в формировании сознательного отношения обучающихся к своей жизни, здоровью, а также к жизни и здоровью окружающих людей;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности коллектива;
- формировать социально-значимые ценности и социально адекватные приемы поведения;
- развивать компетенции, включающие знания, умения, навыки, способы деятельности, развитие универсальных способностей и форм мышления, необходимые для успешного осуществления не только учебной, но и предпрофессиональной и в дальнейшем профессиональной деятельности;
- содействовать в активном и полезном взаимодействии учреждения, детского объединения и семьи по вопросам воспитания обучающихся;
- развивать воспитательный потенциал, поддержку социальных инициатив и достижений обучающихся через традиционные мероприятия, выявлять и работать с одаренными детьми;
- совершенствовать систему воспитательной работы, активно применяя современные инновационные технологии в дополнительном образовании.

Рабочая программа воспитания предназначена для всех групп обучающихся детского объединения «Юный защитник» в возрасте 12-17 лет, а также их родителей (законных представителей).

Приоритетные направления воспитательной работы:

- здоровьесберегающее воспитание (спортивно-оздоровительная работа) – воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения;
- интеллектуальное воспитание – оказание помощи обучающимся в развитии в себе способностей мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни и при этом действовать целесообразно;
- социокультурное воспитание – передача обучающимся знаний, умений,

навыков, социального общения людей (как позитивного, так и негативного), опыта поколений;

- нравственное и духовное воспитание (работа с детьми группы «риска», родителями, общественностью) – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей;

- формирование коммуникативной культуры – создание условий для проявления обучающимися детского объединения инициативы и самостоятельности, ответственности, искренности и открытости в реальных жизненных ситуациях, развитие интереса к коллективной деятельности;

- гражданско-патриотическое воспитание – формирование у обучающихся соответствующих знаний о праве, правовых нормах как регуляторов поведения человека в обществе и отношений между личностью и государством, требующих самостоятельного осознанного поведения выбора поведения и ответственности за него;

- воспитание положительного отношения к труду (творческое направление) – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства; лидерских качеств и развитие организаторских способностей, умения работать в коллективе, воспитание ответственного отношения к осуществляемой трудовой и творческой деятельности;

- экологическое воспитание – формирование ценностного отношения к природе, к окружающей среде, воспитание бережного отношения к процессу освоения природных ресурсов региона;

- правовое воспитание и культура безопасности – формирование образа мышления обучающихся на верный выбор в ситуациях, которые могут нанести вред здоровью и жизни человека.

Формы и содержание деятельности.

В соответствии с программой воспитания образовательной организации работа по данным направлениям осуществляется по модулям: «Детское объединение», «Воспитательная среда», «Работа с родителями», «Профилактика».

Воспитание обучающихся строится как целенаправленно организованная деятельность детей, вовлекающая их во взаимодействие с социальной и природной средой и формирующая у них систему ценностных отношений.

Формы коллективной деятельности детей и взрослых, где воспитательное взаимодействие осуществляется скрыто, незаметно по ходу общей работы: коллективные творческие дела, коллективные творческие праздники, коллективные творческие игры, церемонии награждения, открытые дискуссионные площадки, праздники, фестивали и др. Они эмоционально и ценностно привлекательны для ребят и предоставляют возможность каждому внести свой личный вклад в общее дело, позволяют приобретать разнообразный социальный опыт в различных видах деятельности. Все это создает творческую природу, особую природу социального творчества, когда дети и взрослые создают форму нового, лучшего способа взаимодействия.

Формы прямого открытого воспитательного воздействия, где педагог целенаправленно формирует какое-либо общественно значимое нравственно обусловленное свойство личности или конкретное мнение:

- *учебное занятие* – это своеобразный «кирпичик», из совокупности которых складывается весь образовательный процесс в детском объединении «Щит и мяч» это источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству;
- *рождение и закрепление традиций* – эмблема, форма, символы жизни; традиционные дела к определенным датам и событиям жизни коллектива.
- *социальные проекты и акции* – развитие ценностных отношений;
- *индивидуальные и групповые консультации*.

Планируемые результаты

- Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
- Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.
- Оказание помощи членам коллектива, умение находить с ними общий язык и общие интересы.
- Приобщение к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения.
- Формирование личностных качеств, необходимых для жизни.
- Воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания.
- Развитие воспитательного потенциала семьи.
- Поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся.

Основные направления самоанализа воспитательного процесса:

1. Результаты воспитания, социализации и саморазвития обучающихся объединения.

Рассматривается динамика личностного развития обучающихся в каждом конкретно взятом объединении (коллективе). Анализ осуществляется на основе критериев, обозначенных в дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе спортивной направленности «Юный защитник», реализуемой в объединении.

2. Состояние организуемой в объединении совместной деятельности детей и взрослых.

Проводится анализ наличия в объединении интересной, событийно насыщенной и личностно развивающей совместной деятельности детей и взрослых.

Показатели организуемой совместной деятельности детей и взрослых:

- системность воспитательной деятельности (наличие общих ключевых мероприятий, традиций объединений, реализуемых интегрированных проектов и т.п.);
- координация всех звеньев воспитательной системы;

- наличие положительной эмоциональной атмосферы обучения, способствующей оптимальному напряжению умственных и физических сил обучающихся;

- открытость воспитательного и преобразовательного процессов объединения общественности (наличие медиа пространства, социального партнёрства, организация социально значимой деятельности и др.);

- соответствие личностно-развивающего потенциала занятий в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы спортивной направленности «Юный защитник» воспитательной миссии и традициям объединения;

- наличие органов детского самоуправления, детских общественных объединений, и их активность;

- наличие форм работы по самоопределению и профориентации обучающихся;

- вовлечённость семьи в воспитательный процесс объединения, наличие мероприятий с участием семьи;

- наличие предметно-эстетических зон (оформление и эстетика общих и учебных помещений) и др.

Итог самоанализа – фиксация результатов, выявленных проблем, над которыми предстоит работать педагогу, корректировка действий для получения последующих желаемых результатов.

4. Список литературы для педагога

1. Адамович Г. Э. Кривич. Рукопашный бой. Система славянских единоборств / Г.Э. Адамович. – М.: Букмастер, 2012. – 416 с.

2. Астахов СА. Технология планирования тренированных этапов скоростно-силовой направленности в системе годичной подготовки высококвалифицированных единоборцев (на примере рукопашного боя): Автореф. дис канд. пед. наук. – М., 2003. – 25 с.

3. Боевые и спортивные единоборства (комплект из 7 книг). – М.: ИГ «Весь», 2014. – 421 с.

4. Боевые и спортивные единоборства. Справочник. – Мн.: Харвест, 2002. – 640 с.

5. Головоломки и занимательные задачи в тренинге. Копилка для тренера – 2. – М.: Речь, 2010. – 192 с.

6. Гутин М. Восточные единоборства / М. Гутин. – М.: АСТ, Астрель, 2000. – 160 с.

7. Делай как я! Руководитель как играющий тренер. – М.: Рипол Классик, 2008. – 195 с.

8. Диденко К. В. Все, что нужно знать тренеру / К.В. Диденко. – М.: Речь, 2006. – 160 с.

9. Королёв С. Обучение технико-тактическим действиям в восточных единоборствах / Сергей Королёв. – М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2012. – 192 с.

10. Маноккиа Пэт Анатомия упражнений. Тренер и помощник в ваших занятиях / Пэт Маноккиа. – М.: Эксмо, 2009. – 192 с.

11. О'Лири. Выживают сильнейшие. Физическая подготовка в практике

боевых искусств и единоборств / О'Лири, Пэт. – М.: Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 240 с.

12. Тегнер Б., Фунакоси Г. Начальное пособие восточных единоборств. У-шу. Каратэ. Кунг-фу / Тегнер, Брюс; Фунакоси, Г., Г. Аяма, и др. – М.: Чимкент, 1985. – 132 с.

13. Шулика Ю.А. Боевое САМБО и прикладные единоборства / Ю.А. Шулика. – М.: Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 224 с.

Список литературы для обучающихся

1. Олимпийская энциклопедия. В 5 томах. Том 4. Спортивные единоборства и многоборья. – М.: Свиньин и сыновья, 2010. – 440 с.

2. Франко С. Активная самооборона: 1001 секрет уличных единоборств: моногр. / Франко, Сэмми. – М.: Огни, 2005. – 320 с.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			Знакомство. Инструктаж по ТБ, пожарной безопасности, оказанию первой помощи, дорожному движению (для пешеходов). Правила поведения в учреждении, в спортивном зале и общественных местах. Знакомство с содержанием дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный защитник» (смешанные единоборства). План работы секции на учебный год. Стартовая диагностика.	2	Вводное занятие	Помещение для занятий спортом	Тест-игра
2.			Виды спорта. Название спортивного инвентаря, его назначение. Влияние физических упражнений на организм.	2	Заочное путешествие	Помещение для занятий спортом	тестирование
3.			История возникновения и развития смешанных единоборств в различные исторические эпохи (в России, Европе, мире). Понятие ОФП. Функции ОФП.	4	Лекция	Помещение для занятий спортом	Тест-игра
4.			Развитие смешанных единоборств в Курской области. Краткие сведения из анатомии и физиологии человека (опорно-двигательный аппарат и нервная система).	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	зачёт
5.			Строение и функции мышц. Изменение в строении и функциях мышц под влиянием занятий спортом.	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	Выполнение контрольных упражнений
6.			Значение режима и питания для занимающихся единоборствами и требования к ним.	4	Презентация	Помещение для занятий спортом	Тест-игра
7.			Гигиена борцов.	4	Дискуссия	Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
8.			Закаливание организма спортсмена. Виды закаливания.	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	соревнования
9.			Повторение пройденного материала	4	Учебное	Помещение для	тестирование

					занятие	занятий спортом	
10.			Общее понятие об инфекционных заболеваниях, источники инфекции и пути их распространения. Предупреждение инфекционных заболеваний при занятиях спортом.	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	соревнования
11.			Пути распространения инфекционных заболеваний. Меры личной и общественной профилактики.	4	Лекция-диалог	Помещение для занятий спортом	викторина
12.			Методика воспитания силовых способностей.	4	Тренировка	Помещение для занятий спортом	зачёт
13.			Понятие быстроты, формы ее проявления. Методы воспитания быстроты движений. Разучивание и закрепление упражнений на повышение общей быстроты движений, улучшение координации движений.	4	Тренировка	Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
14.			Воспитание быстроты простой и сложной двигательной реакции, облегчение внешних условий, лидирование, использование эффекта варьирования отягощениями.	4	Практическое занятие	Помещение для занятий спортом	опрос
15.			Гибкость и ее развитие. Разучивание и закрепление упражнений на развитие общей гибкости, повышение эластичности мышц, улучшение координации движений.	4	Практическое занятие	Помещение для занятий спортом	опрос
16.			Виды проявления ловкости. Методика воспитания ловкости. Разучивание и закрепление упражнений на повышение ловкости, повышение общей выносливости.	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	соревнования
17.			Значение и цель технико-тактической подготовки борцов. Роль физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, выносливость, сила, скорость) в освоении техники смешанных единоборств. Разучивание и закрепление упражнений на развитие способности проявлять силу в различных движениях, повышение способности концентрировать внимание и усилия.	2	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	тестирование

18.			Роль физических качеств (ловкость, быстрота, гибкость, выносливость, сила, скорость) для маневренности и подвижности борца на ринге. Разучивание и закрепление упражнений на укрепление мышечного корсета, повышение силовой выносливости, улучшение эластичных мышц, исправление дефектов телосложения и осанки.	2	Практическое занятие	Помещение для занятий спортом	Выполнение контрольных нормативов
19.			Значение и цель специальной физической подготовки борцов. Правильная бойцовская стойка и передвижения в бойцовской стойке.	2	Тренировка	Помещение для занятий спортом	соревнования
20.			Роль физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость, сила, скорость) в овладении техники и тактики ведения боя. Кувырки вперед, назад.	2	Лекция-диалог	Помещение для занятий спортом	викторина
21.			Спортивная тренировка, её разделы: теоретическая, техническая, тактическая, физическая, психическая. Основные удары руками (локтем, кулаком, ребром ладони), комбинации из ударов руками. Повторение пройденного материала.	6	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	соревнования
22.			Спортивная тренировка как процесс совершенствования функций организма. Основные удары ногами (коленом, голенью, стопой), комбинации из ударов ногами.	6	Практическое занятие	Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
23.			Комбинации из ударов руками и ногами.	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	Контрольные нормативы
24.			Выполнение основных приемов и ударов в усложненных условиях. Тренировка «поток»: обусловленное нападение известным приемом (ударом); обусловленное нападение разными приемами (ударами); нападение разными приемами (ударами).	6	Тренировка	Помещение для занятий спортом	соревнования
25.			Травмы на ринге и их профилактика.	2	Лекция-диалог	Помещение для занятий спортом	тестирование

26.		Выполнение основных приемов и ударов в усложненных условиях. Тренировка в кругу: обусловленное нападение известным приемом (ударом); обусловленное нападение разными приемами (ударами); нападение разными приемами (ударами).	6	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	Товарищеская встреча
27.		Броски. Безопасные падения, группировка в момент приземления, ориентировка в пространстве.	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	опрос
28.		Броски (со стойки от себя, через себя, подсечки, броски с выхватом ноги или двух ног). Повторение пройденного материала.	4	Тренировка	Помещение для занятий спортом	соревнования
29.		Основные болевые приемы, защита против болевых приемов, комбинации болевых приемов.	4	Тренировка	Помещение для занятий спортом	зачёт
30.		Основные удушающие приемы, защита против удушений, комбинации из удушений.	4	Практическое занятие	Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
31.		Виды сдачи (похлопывание по коврику, похлопывание по сопернику).	2	Тренировка	Помещение для занятий спортом	тестирование
32.		Комбинации из удушающих и болевых приемов.	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	соревнования
33.		Защита в партере (от ударов руками, от ударов ногами).	4	Учебное занятие	Помещение для занятий спортом	зачёт
34.		Способы удерживания соперника (в партере сбоку, со стороны головы, с позиции верхом). Удерживание соперника в возможных и выгодных позициях. Повторение пройденного материала.	6	Тренировка	Помещение для занятий спортом	зачёт
35.		Контр приемы в партере.	2	Тренировка	Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
36.		Правила техники безопасности во время соревнований.	2	Решение проблемных ситуаций	Помещение для занятий спортом	соревнования
37.		Посещение спортивных соревнований городского уровня. Встреча с выдающимися спортсменами города.	2	Итоговое занятие	Помещение для занятий спортом	зачёт

38.		Соревновательные схватки с выполнением одинаковых заданий и разных.	4		Помещение для занятий спортом	опрос
39.		Учебно-тренировочные схватки по заданию тренера.	4		Помещение для занятий спортом	соревнования
40.		Ударно-борцовские комбинации и связки.	4		Помещение для занятий спортом	зачёт
41.		Удерживание соперника в возможных и выгодных позициях. Повторение пройденного материала	4		Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
42.		Приемы и удары в различных манерах ведения поединка (в различных энергетических состояниях).	4		Помещение для занятий спортом	тестирование
43.		Работа на время, выносливость.	4		Помещение для занятий спортом	соревнования
44.		Учебно-тренировочные спарринги.	4		Помещение для занятий спортом	зачёт
45.		Выполнение основных ударов головой, тазом, плечом и защиты от них.	4		Помещение для занятий спортом	зачёт
46.		Работа на скорость.	4		Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
47.		Вольные схватки и схватки по правилам борьбы.	4		Помещение для занятий спортом	соревнования
48.		Ведения схваток с разными партнерами.	4		Помещение для занятий спортом	зачёт
49.		Доведение приемов и ударов до автоматизма.	6		Помещение для занятий спортом	опрос
50.		Тренировочные спарринги.	2		Помещение для занятий спортом	соревнования
51.		Посещение спортивных соревнований областного уровня.	4		Помещение для занятий спортом	зачёт
52.		Участие в соревнованиях.	4		Помещение для занятий спортом	Аттестационный экзамен
53.		Просмотр видеоматериалов с соревнований. Разбор ошибок. Восстановительные мероприятия.	2		Помещение для занятий спортом	тестирование

54.			Повторение изученного материала за учебный год	12		Помещение для занятий спортом	зачёт
			Всего:	144			

**Календарный учебный график
на 2023 - 2024 учебный год**

№ п/п	Год обучения, уровень, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	1 год обучения, стартовый уровень, № 1,2,3	10.09.2023	31.05.2024	36	72	216	3 раза в неделю по 2 часа	04.11.2023 23.02.2024 08.03.2024 01.05.2024 09.05.2024	Сентябрь, декабрь, май

**План реализации воспитательной работы
на 2022-2023 учебный год**

№ п/п	Содержание	Форма проведения	Сроки проведения	Ответственный
1.	«Здравствуй, наш любимый «РИТМ»!»	Концертная программа	Сентябрь	Зав. отделом, педагоги
2.	«Папа, мама и я – спортивная семья»	Эстафета	Сентябрь	Зав. отделом, педагоги
3.	«День учителя»	Показательные выступления	Октябрь	Зав. отделом, педагоги
4.	«Спортландия»	Спортивный праздник	Осенние каникулы	Зав. отделом, методист, педагоги
5.	«Ура! Каникулы!»	Внутристудийные досуговые мероприятия	Каникулы	Педагоги
6.	Первенства, турниры по киокусинкай каратэ-до	Соревнования	Ноябрь	Зав. отделом, педагоги
7.	Спортивная эстафета «Сильные, смелые, ловкие»	Эстафета	Ноябрь	Зав. отделом, педагоги
8.	«Секреты и тайны чемпионов»	Мастер-классы, встреча с курскими чемпионами.	Апрель	Педагоги
9.	«Ура! Каникулы!»	Внутристудийные досуговые мероприятия	Зимние каникулы	Педагоги
10.	Аттестационный экзамен по киокусинкай каратэ-до	Экзамен	Февраль, май	Зав. отделом, методист, педагоги
11.	«День самурая»	Соревновательный аттестационный экзамен	Февраль	Зав. отделом, методист, педагоги
12.	«Юный Олимпиец». Первенство Курской области по киокусинкай (раздел ката)	Соревнование	Март	Зав. отделом, методист, педагоги
13.	«Ура! Каникулы!». Спортландия	Внутристудийные досуговые мероприятия	Весенние каникулы Март	Педагоги
14.	«Я помню, я горжусь»	Семинар, посвященный дню Победы.	Май	Педагоги
15.	«День здоровья»	Спортивный праздник	Май	Зав. отделом, методист, педагоги

16.	Региональные, Всероссийские, Международные соревнования, первенства и турниры.	Участие	В течение года	Зав. отделом, методист, педагоги
17.	Мероприятия ОМР	Участие	В течение года	Зав. отделом, методист, педагоги

**Оценочные материалы
Мониторинг оценки результатов обучения**

№ п/п	Ф.И. учащегося	Результаты мониторинга									
		Предметные			Метапредметные			Личностные			Участие в соревнованиях
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
11.											
12.											
13.											
14.											
15.											

Обозначения

- 1 – Стартовая диагностика
- 2 – Промежуточная диагностика (I полугодие)
- 3 – Итоговая диагностика (II полугодие)

Обозначение диагностики:

- н/с – минимальный;
- с – базовый;
- в/с – повышенный;
- в – творческий.

Мониторинг результатов обучения

№ п/п	Показатели	Критерии	Уровень	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Теоретическая подготовка					
1.	Теоретические знания по основным разделам программы.	Соответствие теоретических знаний обучающихся программным требованиям	Минимальный	Обучающийся владеет менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой	Опрос
			Базовый	Объем усвоенных знаний составляет более ½.	
			Повышенный	Освоен практически весь объем теоретических знаний, предусмотренных программой	
			Творческий	Обучающийся владеет полным объемом теоретических знаний	
2.	Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Минимальный	Обучающийся не применяет в процессе обучения специальную терминологию	Тестирование
			Базовый	Обучающийся применяет в процессе обучения менее ½ специальных терминов	
			Повышенный	Обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой	
			Творческий	Специальные термины употребляются осознанно и в полном соответствии с содержанием	
Практическая подготовка					
1	Практические навыки и умения	Соответствие практических умений и	Минимальный	Обучающийся владеет менее чем ½ объема знаний и	Практическая работа

	предусмотренные ДООП	навыков программным требованиям		умений, предусмотренных программой	
			Базовый	Объем усвоенных навыков и умений составляет более 1/2.	
			Повышенный	Освоен практически весь объем навыков и умений, предусмотренных программой	
			Творческий	Обучающийся владеет полным объемом навыков и умений, предусмотренных программой	
2.	Применение специального оборудования оснащения	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования оснащения	Минимальный	Обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием	Наблюдение
			Базовый	Работает с оборудованием с помощью педагога	
			Повышенный	Работает с оборудованием под наблюдением педагога	
			Творческий	Работает с оборудованием самостоятельно, не испытывая особых затруднений	
3.	Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Минимальный	Обучающийся самостоятельно может выполнить только простейшие практические задания	Анализ работ
			Базовый	Обучающийся выполняет задания на основе образца	
			Повышенный	Обучающийся выполняет практические задания с элементами творчества	
			Творческий	Обучающийся выполняет творческие задания самостоятельно, на основе своих знаний и умений	
Общеучебные умения и навыки					

1	Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	Минимальный	Обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога или родителей
			Базовый	Обучающийся работает с литературой с помощью педагога или родителей
			Повышенный	Обучающийся работает с литературой самостоятельно, но под контролем педагога
			Творческий	Обучающийся работает с литературой самостоятельно, не испытывая особых затруднений
2.	Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерных источников информации	Минимальный	Обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с компьютерными источниками, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога или родителей
			Базовый	Обучающийся работает с компьютерными источниками с помощью педагога или родителей
			Повышенный	Обучающийся работает с компьютерными источниками самостоятельно, но под контролем педагога
			Творческий	Обучающийся работает с компьютерными источниками самостоятельно, не испытывая

				особых затруднений	
3.	Умение осуществлять учебно-исследовательскую работу	Самостоятельность в учебно-исследовательской деятельности	Минимальный	Обучающийся испытывает серьезные затруднения в учебно-исследовательской деятельности, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога или родителей	
			Базовый	Обучающийся осуществляет учебно-исследовательскую деятельность с помощью педагога или родителей	
			Повышенный	Обучающийся выполняет учебно-исследовательскую деятельность самостоятельно, но под контролем педагога	
			Творческий	Обучающийся выполняет учебно-исследовательскую деятельность самостоятельно, не испытывая особых затруднений	
4.	Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, исходящей от педагога	Минимальный	Обучающийся не может воспроизвести услышанную информацию	
			Базовый	Обучающийся воспроизводит $\frac{1}{2}$ услышанной информации с помощью педагога	
			Повышенный	Обучающийся воспроизводит $\frac{1}{2}$ услышанной информации самостоятельно	
			Творческий	Обучающийся воспроизводит услышанную информацию самостоятельно почти дословно	

5.	Умение выступать перед аудиторией и участвовать в дискуссии	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной информации, самостоятельность и логика в построении дискуссионного выступления	Минимальный	Обучающийся не может публично выступить, защитить свой проект, избегает обсуждения чужих выступлений.
			Базовый	Обучающийся выступает публично, испытывает сложности в защите проекта, избегает обсуждения чужих выступлений.
			Повышенный	Обучающийся выступает публично, испытывает сложности в защите проекта; воспринимает выступления других обучающихся, задает вопросы.
			Творческий	Обучающийся выступает публично, не испытывает сложности в защите проекта, выделяет из выступлений других обучающихся главные моменты, задает вопросы.
6.	Умение организовать свое рабочее (учебное) место, навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Способность самостоятельно подготавливать рабочее место к занятию и убирать за собой	Минимальный	Обучающийся не может организовать свое рабочее место
			Базовый	Обучающийся организывает свое рабочее место с помощью педагога
			Повышенный	Обучающийся организывает свое рабочее место, опираясь на советы педагога
			Творческий	Обучающийся самостоятельно организует свое рабочее место.

Оценочный лист

	ФИО обучающегося	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка			Общеучебные умения и навыки					
		Критерий №1	Критерий №2	Критерий №1	Критерий №2	Критерий №3	Критерий №1	Критерий №2	Критерий №3	Критерий №4	Критерий №5	Критерий №6
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												

Обозначение диагностики:

н/с – минимальный;

с – базовый;

в/с – повышенный;

в – творческий.

Оценка воспитанности обучающихся

Для проверки достижения воспитательных целей и задач проще всего использовать педагогический метод наблюдений, который предполагает непосредственное восприятие изучаемых педагогических явлений, процессов. Для получения надежных (обоснованных) выводов необходимо следующее:

1. Наблюдения желательно проводить регулярно, в течение учебного года.
2. Обучающийся должен наблюдаться в разных образовательных ситуациях (на занятиях, в общении с товарищами, на мероприятиях и т.д.).
3. Вмешиваться в ход процесса наблюдения нельзя.
4. Результаты наблюдения фиксируются и оцениваются.
5. Для наиболее полной и точной оценки привлекаются педагог-психолог, методист, заведующий отделом.

№	ФИО	___ год обучения											
		Ситуации наблюдения											
		На занятиях			На массовых мероприятиях			С товарищами			Со взрослыми		

Критерии оценки воспитанности

1. Знание норм нравственности, этики взаимоотношений и общения;
2. Осознание необходимости единства внутренней потребности следовать нравственным нормам и привычкам, выполняя их в повседневной жизни;
3. Уровень выработанных привычек культуры поведения;

4. Доброжелательность, вежливость, деликатность;
5. Умение оценить свое поведение, принести извинения за бестактность, некорректное отношение с собеседником;
6. Умение сдерживать себя, не показывая плохое настроение, неуважительное отношение к личности по каким-либо причинам;
7. Умение выслушать, способность уважать мнение собеседника.