

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе:
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа объединения
«Динамо»»**

Статус программы: Программа «Рукопашный бой» общеобразовательная общеразвивающая

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 7-12 лет, 13-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разделы программы: Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях Рукопашного боя. История и традиции вида спорта " Рукопашного боя». Правила поведения. Гигиенические знания. Морально – волевой облик спортсмена. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка. Промежуточная аттестация и итоговое занятие.

Цель программы: изучение и совершенствование техники Рукопашного боя до спортивного мастерства, развитие творческого потенциала и воспитание стойкого интереса к здоровому образу жизни, расширение возможностей для удовлетворения разнообразных интересов детей и их семей в сфере образования.

Задачи: Предметные:

1. Обучить технике Рукопашного боя.
2. Подготовить учебные группы к соревнованиям: по Рукопашному бою на Республиканском, и Федеральном уровне.
3. Использовать новейшие технологии в освоении техники Рукопашного боя в современных условиях.

Личностные задачи:

1. Формировать у учащихся высокие гражданские качеств.
2. Способствовать духовному обогащению личности учащегося.
3. Воспитать в духе коллективизма и взаимопомощи.

Метапредметные:

1. Развить дополнительное персональное образование как ресурса мотивации личности к познанию, и спорту.
2. Развить творческие способности через воспитательный и обучающий процесс.
3. Укрепить здоровье и формировать здоровый образ жизни.

Межпредметные связи: в процессе обучения по программе учащиеся применяют полученные знания, умения и навыки на занятиях.

Форма занятий: очная, индивидуально – групповая и коллективная деятельность.

Краткое содержание: данная дополнительная общеобразовательная программа «Рукопашный бой» направлена на гармоничное развитие личности, сочетание физического, спортивно - технического и духовного совершенства, удовлетворение познавательного интереса учащегося, обогащение навыков общения и условий совместной деятельности, формирование навыков на уровне практического применения.

Ожидаемые результаты:

- обучиться комплексу специальных знаний, двигательных умений и навыков по Рукопашному бою;
- знать и уметь выполнять элементы техники и тактики в соответствии с программным материалом (выполнять приём, защиту, контрприём в стойке и в партере, в соответствии с программным материалом).
- овладеть знаниями об укреплении здоровья, закаливании организма, улучшении физического развития;
- сформировать понятие физического и психического здоровья;
- будут сформированы основы мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- сократятся случаи правонарушений среди детей в результате обеспечения их занятости;
- приобретут определенные положительные морально-волевые, нравственные качества.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
дворец детского (юношеского) творчества
города Ишимбая муниципального района Ишимбайский район
Республики Башкортостан

Принята на заседании
педагогического совета
« 30 » 08 20 24 г.
Протокол № 1



Утверждаю:
Директор МБОУ ДОДД(Ю)Т
Л. В. Богданова
Приказ № 208
« 30 » 08 20 24 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Рукопашный бой»

Уровень программы: базовый
Срок реализации: 1 год (144 часа)
Возраст учащихся: 7-12 лет, 13-15 лет
Состав группы: до 15 человек
Форма обучения: очная
ID номер в Навигаторе: 22998

Автор – составитель:
Давыдов Владимир Владимирович,
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

г. Ишимбай, 2024г.

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Рукопашный бой» имеет *физкультурно-спортивную направленность, базовый уровень*, составлена на основе:

1. Федерального Закона РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее - ФЗ № 273);

2. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.06.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Приказа Министерства Просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

4. Приказа Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

5. Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

6. Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

7. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»(далее СП 2.4.3648-20);

8. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (*рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи*»);

9. Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

10. Письма Министерства образования и науки РФ от 07.06.2013 г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»;

11. Паспорта федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

12. Устав МБОУ ДО ДД(Ю)Т г. Ишимбай МР ИР РБ от 15.03.2021г.

Методические рекомендации:

1. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);

2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (разработанные ГАУ ДПО Региональный методический центр дополнительного образования Республики Башкортостан г. Уфа 2022г.)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Рукопашный бой» реализуется в МБОУ ДО ДД(Ю)Т по адресу: 453200, Республика Башкортостан, р-н Ишимбайский, г. Ишимбай, проспект Ленина, дом 22.

Актуальностью программы является проблема приобщения к здоровому образу жизни, научиться воспринимать и понимать мир, развивать физические способности детей. На занятиях проводится цикл бесед, дискуссий и мероприятий по здоровому образу жизни.

Данная дополнительная общеобразовательная программа «Рукопашный бой» направлена на гармоничное развитие личности, сочетание физического, спортивно - технического и духовного совершенства, удовлетворение познавательного интереса учащегося, обогащение навыков общения и условий совместной деятельности, формирование навыков на уровне практического применения. Большое внимание в этом возрасте уделяется подготовке учащихся техники и тактики. Программа направлена на освоение сложной техники: бросков и контр- бросков, сложные атакующие связки и защиты на них, захваты ударной руки или ноги с переходом на бросок, с последующим удержанием, болевым приемом или удушающим приемом. Включено изучение контрдействия на болевые и удушающие приемы. Предполагается участие

в соревнованиях Республики Башкортостан, Приволжского Федерального округа, России, по «Рукопашному бою», и в процессе обучения будут поощряться стремления учащихся к высоким спортивным достижениям.

Новизна и отличительные особенности. Программа направлена на подготовку учащихся к участию в соревнованиях, включая игровые технологии на легкость перемещения, скорость, реакцию, маневренность, не стандартные ситуации в борьбе, проявления творчества и фантазии при составлении боя с тенью, игровые и силовые упражнения на скорость и выносливость. Эти новые современные направления в спорте, проводятся на основании регистрации Общероссийской общественной организации «Федерация Панкратиона России» Министерством Юстиции Российской Федерации (Свидетельство о регистрации от 27 ноября 2007г.) Данные направления спорта проводятся не только в Российской Федерации, но и на чемпионатах Мира, Европы.

При построении многолетнего учебно–тренировочного процесса программа ориентирована на оптимальные возрастные границы, в пределах которых учащиеся добиваются своих высших достижений. Рукопашный бой помогает развивать гибкость, координацию движения, внимание, восприятие. Сформировать навыки культурного поведения и соблюдение правил техники безопасности, научить вспомогательной технике, стоек и перемещений. Освоить простейшие броски в стойке и партере.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих программ в том, что она выходит за рамки образовательной программы, так как носит не только образовательный, но и воспитательный характер.

Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными психологическими и физическими возможностями, и особенностями учащегося.

Срок освоения и объём программы: - 144 учебных часа, общая продолжительность образовательного процесса – 1 год.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа, время занятий включает 45 минут учебного времени и 10 минутный перерыв.

Форма организации деятельности: Реализация программы ведется на базовом уровне, в очной, групповой форме с учетом возраста обучающихся.

Занятия проводятся в группе, состоящей из 10-15 учащихся. Набор в объединение свободный. Программа открыта и доступна для усвоения детям разных категорий здоровья и социального статуса.

Форма обучения и виды занятий: очная, индивидуально – групповая и коллективная деятельность. Это коллективное участие на соревнованиях, оформление, изготовление спортивных снарядов и сооружений, проведение мероприятий (встречи с ветеранами ВОВ) участие на праздниках.

Особенности реализации образовательного процесса- в период приостановки образовательной деятельности в связи с ростом заболевания

населения вирусными инфекциями образовательный процесс организуется с применением дистанционных технологий.

Адресат программы: данная программа ориентирована на детей 7-12, 13-17 лет.

Комплектование групп осуществляется на добровольной основе при наличии заявления от родителей (законных представителей), справку-допуск от врача- педиатра. Особые условия для приема учащихся в объединение не предусмотрены. Предварительная начальная подготовка не требуется.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: изучение и совершенствование техники Рукопашного боя до спортивного мастерства, развитие творческого потенциала и воспитание стойкого интереса к здоровому образу жизни, расширение возможностей для удовлетворения разнообразных интересов детей и их семей в сфере образования.

Задачи программы:

Предметные:

1. Обучить технике Рукопашного боя.
2. Подготовить учебные группы к соревнованиям: по Рукопашному бою на Республиканском, и Федеральном уровне.
3. Использовать новейшие технологии в освоении техники Рукопашного боя в современных условиях.

Метапредметные:

1. Развить дополнительное персональное образование как ресурса мотивации личности к познанию, и спорту.
2. Развить творческие способности через воспитательный и обучающий процесс.
3. Укрепить здоровье и формировать здоровый образ жизни.

Личностные:

1. Формировать у учащихся высокие гражданские качеств.
2. Способствовать духовному обогащению личности учащегося.
3. Воспитать в духе коллективизма и взаимопомощи.

1.3. Содержание программы

Учебный план (144 часа)

№ п/п	Тема раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях Рукопашного боя	2	2		Беседа
2.	История и традиции вида спорта " Рукопашного боя ".	2	2		Беседа
3.	Правила поведения	2	2		Беседа

4.	Гигиенические знания.	2	2		Беседа
5.	Морально – волевой облик спортсмена.	2	2		Беседа
6.	Общая физическая подготовка	28		28	Выполнение нормативов ОФП
7.	Специальная физическая подготовка	34	2	32	Наблюдение. Контрольные упражнения
8.	Техническая подготовка	60	2	58	Наблюдение. Контрольные упражнения
9.	Тактическая подготовка	10	2	8	Наблюдение. Контрольные упражнения
10.	Промежуточная аттестация и итоговое занятие.	2		2	Соревнования с применением упрощенных правил.
	Итого	144	16	128	

Содержание учебного плана

Тема 1. Теория: Физическая культура – важное средство физического развития. Техника безопасности на занятиях по Рукопашному бою

Тема 2. Теория: История и традиции вида спорта " Рукопашного боя ".

Тема 3. Теория: Правила поведения в спортзале, использование оборудования и инвентаря. Правила безопасности при занятиях борьбой.

Тема 4. Теория: Гигиена, режим дня, самоконтроль.

Тема 5. Теория: Поведение и культура. Воспитание морально - волевых качеств борца в процессе тренировки.

Тема 6. Практика: ОФП: сдача контрольных нормативов. ОФП: Спортивные игры. ОФП: легкая атлетика, беговые, прыжковые упражнения. ОФП: Развитие координации и чувства пространства. ОФП: развитие быстроты, эстафеты. ОФП: развитие ловкости. Акробатика. ОФП: развитие ловкости, спортивная гимнастика. ОФП: силовые упражнения, с применением эспандеров. ОФП: совершенствование выносливости. ОФП: развитие быстроты, ускорение, челночный бег, эстафеты. ОФП: развитие силы, с применением тренажеров, гантелей. ОФП: совершенствование выносливости. Кроссовая подготовка. ОФП: Совершенствование двигательной деятельности. Спортивные игры.

Тема 7. Теория. Специальная физическая подготовка (СФП).

Практика: Выведение из равновесия. Приемы самостраховки. СФП: подвижные игры с элементами единоборств. СФП: борьба в стойке с использованием задней подножки. СФП: подвижные эстафеты с элементами единоборств. СФП развитие силы с гантелями и эспандером. СФП: броски борцовского манекена. СФП: подвижные игры с элементами единоборств. Первенство группы по выталкиванию из круга. Промежуточная аттестация. Выполнение нормативов ОФП. СФП: игровые

моменты с бросками. СФП: эстафеты с элементами единоборств. СФП: упражнение с манекенами. СФП: броски на скорость. СФП: скоростная тренировка, броски на скорость. СФП: силовая подготовка. Упражнения на тренажерах.

Тема 8. Теория. Техническая подготовка

Практика: Борьба лежа. Техника удержание с боку.

Техника стойка, задняя подножка, обучение.

Техника лежа: перевороты, уходы от переворотов.

Техника стойка: падение, основы самостраховки.

Техника лежа: выполнение обратного удержания сбоку.

Техника стойка: совершенствование задней подножки.

Техника лежа: уходы от удержания сбоку, обратное удержание.

Техника стойка: задняя подножка в обе стороны.

Техника лежа: удержание со стороны головы.

Техника лежа: обучение удержания сверху.

Техника стойка: обучение зацепа изнутри разноименной ноги.

Техника лежа: уходы от удержания. Борьба в портере.

Техника стойка: броски и движения, задняя подножка, зацеп изнутри.

Техника лежа: уход от удержания сверху.

Техника стойка: бросок передней подножкой под две ноги.

Техника стойка: броски в движении в темп шагов.

Техника стойка: выполнение бросков ногами.

Техника лежа: удержание, уход от удержания.

Техника стойка: обучение подсечки под выставленную ногу.

Техника лежа: перевороты, стягивание, опрокидывания.

Техника стойка: броски в неудобную сторону.

Техника лежа: борьба лежа, уклоны.

Техника стойка: подсечки в темп шагов.

Техника стойка: обучение задней подсечки.

Техника лежа: уход от удержания со стороны головы, сбоку, сверху.

Техника стойка: броски с падением.

Техника лежа: обучение удержания поперек.

Техника стойка: задняя подножка, садясь на пятку.

Техника лежа: уход от удержания поперек, сдача контрольных нормативов.

Тема 9. Теория. Тактическая подготовка

Практика: Тактика борьбы лежа в защите и нападении. Тактическая подготовка: ведение схватки. Тактическая подготовка: защита, нападение.

Тактика участия в соревнованиях. Анализ соревновательного поединка.

Тактическая подготовка: борьба за захват, срывы захватов.

Тема 10. Итоговое занятие. Соревнование.

1.4 Планируемые результаты

Предметные:

- обучиться комплексу специальных знаний, двигательных умений и навыков по Рукопашному бою;
- знать и уметь выполнять элементы техники и тактики в соответствии с программным материалом (выполнять приём, защиту, контрприём в стойке и в партере, в соответствии с программным материалом).

Метапредметные:

- овладеть знаниями об укреплении здоровья, закаливании организма, улучшении физического развития;
- сформировать понятие физического и психического здоровья;
- развить физические качества.

Личностные:

- будут сформированы основы мотивации к занятиям физической культурой и спортом;
- сократятся случаи правонарушений среди детей в результате обеспечения их занятости;
- приобретут определенные положительные морально-волевые, нравственные качества.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Дзюдо» на 2024/25 учебный год.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год 1 группа	02.09.2024	31.05.2025	36	72	144	2 часа, 2 раза в неделю
1 год 2 группа	02.09.2024	31.05.2025	36	72	144	2 часа, 2 раза в неделю
1 год 3 группа	02.09.2024	31.05.2025	36	72	144	2 часа, 2 раза в неделю

Промежуточная аттестация: 1 группа 13.12.2024г. Соревнование «Кто первый»

Итоговое занятие: 1 группа 16.05.2025г. Эстафета «10 бросков»

Промежуточная аттестация: 2 группа 16.12.2024г. Соревнования «Кто первый»

Итоговое занятие: 2 группа 12.05.2025г. Эстафета «10 бросков»

Промежуточная аттестация: 3 группа 16.12.2024г. Соревнования «Кто первый»

Итоговое занятие: 3 группа 16.05.2025г. Эстафета «10 бросков»

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение образовательной программы:

Спортивный зал оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии требованиями техники безопасности и с санитарными нормами;

- 1.Перчатки для рукопашного боя.
- 2.Перчатки для работы на боксерских мешках.
- 3.Бандажи для мальчиков и девочек.
- 4.Защита голени и стопы.
- 5.Боксерские шлемы
- 6.Кимоно белого, красного, синего цвета.
- 7.Боксерские мешки.
- 8.Лапы.
- 9.Макивары.
- 10.Гантели.
- 11.Защитные жилеты.

- 12.Защита груди для девочек.
- 13.Макеты: ножей, пистолетов, палки, автоматов.
- 14.Мягкие маты.
- 15.Теннисные мячики.
- 16.Баскетбольные мячи.
- 17.Скакалки.
- 18.Обручи.
- 19.Подручные средства: шарфы, шапки, пояса, стулья, пластиковые бутылки.
- 20.Кронштейны для боксерских мешков.
- 21.Шведские стенки.
- 22.Гимнастические скамейки.
- 23.Большие мягкие мячи.
- 24.Резиновые бинты.
- 25.Боксерские бинты на руки.
- 26.Гимнастические палки.
- 27.Борцовские ковры.
- 28.Ноутбук.

Методы обучения и формы организации образовательного процесса

Методы проведения занятий: словесный, наглядный, практический, игровой, повторный, равномерный, контрольный, соревновательный, анализ: соревнований, выступлений, проведенных мероприятий, демонстрация видео материала, записи соревнований.

Типы занятий: сообщение новых знаний, повторение и совершенствование. Это словесные объяснения материала, демонстрация техники: ударов, защит, перемещений, комбинаций атакующих действий, приемов самообороны. Использование необходимых спортивных снарядов и сооружений.

Принципы обучения:

- доступность;
- наглядность;
- систематичность и последовательность;
- активность и самостоятельность;
- усвоение знаний, умений и навыков.

Используемые технологии:

- групповые;
- индивидуальные;
- поисково-исследовательские;
- личностно-ориентированные.

На занятиях уделяется внимание оздоровлению, культуре поведения, дисциплинированности, трудолюбию, воспитанию патриотизма, региональному компоненту, что проводится в форме лекций, бесед и мероприятий. Интересным дополнением к занятиям является: использование сюжетно-ролевых и игровых моментов, эстафеты,

музыкальные композиции на военно-патриотические темы, шоу-программы, встреча с родителями, праздничные вечера отдыха.

2.3 Формы аттестации проводятся в форме промежуточной и итоговой аттестации, им присваивается звание «умелец», «мастер». А также в зависимости от участия в соревнованиях разного уровня и количества приобретенных побед разных достоинств в соответствии с выполнением нормативов Единой Всероссийской спортивной классификации присваиваются спортивные разряды от III юношеского спортивного разряда до Кандидата в мастера спорта, участие в первенствах Республик Башкортостан, России.

Кадровое обеспечение: По данной программе также может работать педагог дополнительного образования со средним или высшим педагогическим образованием, владеющий профессиональными знаниями по Рукопашному бою.

2.3. Формы аттестации учащихся:

Формы отслеживания результатов: сдача нормативов по спортивной подготовке, протокол соревнований, аудио - видеозапись, фото, отзывы.

Формы подведения итогов реализации данной дополнительной общеобразовательной программы. Текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения учащимися нормативов по подготовке и выполнение ударной техники.

Предусматриваются различные формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:

- устный опрос;
- практическая работа;
- участие в конкурсах;
- участие в научно-практических конференциях;
- промежуточная аттестации и итоговое занятие (соревнования).

Педагог выступает в роли организатора, консультанта, эксперта самого процесса деятельности учащихся и её результатов.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: проведение текущего контроля, промежуточной аттестации и итогового занятия по полугодиям, участие в соревнованиях.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: являются открытые занятия, соревнования различного уровня, зачёты по темам, приём контрольных нормативов и упражнений

2.4. Оценочные материалы.

Оценочные материалы – пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение обучающимися планируемых результатов (ФЗ № 273, ст.2, п.9; ст. 47, п.5). Оценочные материалы

включают различные диагностические материалы (зачеты, нормативы и т.д.).

2.5. Методическое обеспечение образовательной программы

Программа построена на основе принципа «от простого к сложному». Тематика занятий строится с учетом интересов учащихся, возможностей самовыражения. В ходе усвоения учащимися содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков, уровень самостоятельности, умение работать в коллективе.

Организация педагогического процесса предполагает создание для учащихся такой среды, в которой они полнее раскрывают свой мир, чувствуют себя комфортно и свободно. Этому способствует комплекс методов, форм и средств образовательного процесса.

2.5.1. Методы обучения и воспитания предполагает использование в процессе работы следующие традиционные:

- словесные методы - устное изложение, беседа, рассказ и т.д.;
- наглядные методы - демонстрация, показ-выполнение педагогом, наблюдение и др.;
- практические методы - выполнение практических заданий по указанию педагога;
- репродуктивные методы - инструктаж, объяснение, практическая работа;
- методы контроля – устный контроль, самоконтроль, самооценка, взаимоконтроль.

Метод формирования долга и ответственности в обучении – поощрение, порицание, поручение, просьба.

2.5.2. Формы организации образовательного процесса для оптимизации творческой деятельности учащихся на занятиях предусматриваются также различные фронтальные работы:

- используется при объяснении нового материала;
- групповая работа – используется при проведении практических работ;
- индивидуальная работа – используется при выполнении учащимися самостоятельной работы.

2.5.3. Формы организации учебного занятия:

- занятие – беседа;
- занятие – практическая работа;
- занятия на местности;
- нетрадиционные занятия- соревнования;

Педагогические технологии:

- технология группового обучения (В.К. Дьяченко, И.Б. Первин, М.Д. Виноградова, Н.Е. Щуркова). Главные цели – формирование навыков совместной деятельности учащихся и активизация учебного процесса по предмету;

- технология разноуровневого обучения (Джон Дьюи) обеспечивает усвоение учебного материала каждым;
- развития на основе особенностей его субъектного опыта. Уровневое обучение предоставляет шанс каждому ребенку организовать свое обучение таким образом, чтобы максимально использовать свои возможности. Уровневая дифференциация позволяет акцентировать внимание учителя на работе с различными категориями детей;
- технология проблемного обучения (Джон Дьюи) раскрывается через постановку (преподавателем) и разрешение (учеником) проблемного вопроса, задачи и ситуации, выступающих центральными категориями этой технологии. Вопрос может содержать в себе скрытое противоречие, вызывать различные, порой противоположные позиции при его разрешении;
- технология исследовательской деятельности (Н.Е. Веракса, О.Р. Галимов) это методика организации учебно-воспитательного процесса, дающая детям настоящие сведения об объектах, процессах и явлениях, которые они открывают самостоятельным образом;
- технология проектной деятельности (Джон Дьюи) – личностно ориентированная технология, способ организации самостоятельной деятельности учащихся, направленный на решение задачи учебного проекта;
- здоровье сберегающая технология (Н.К. Смирнов) – система мер по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействующие на здоровье ребенка.

2.5.4. Алгоритм учебного занятия

1. Приветствие. Перед началом занятия приветствие всех участников занятия.
2. Повторение пройденного материала. Краткий обзор предыдущего занятия: вспомнить тему, основную мысль предыдущей встречи; вывод, сделанный в результате проведенного занятия.
3. Проверка домашнего задания (если такое задание было). Основное требование заключается в том, чтобы практическое задание было выполнено согласно требованиям, к выполнению практических работ.
4. Введение в предлагаемый образовательный материал или информацию. Введение начинается с вопросов, которые способствуют наращиванию интереса у учащихся к новому материалу.
5. Предлагаемый образовательный материал или информация.

Изложение нового материала или информации предлагается обучающимся в форме рассказа. Педагог готовит наглядные пособия и материалы, вопросы аналитического содержания.

- 1.1. Обобщение. Учащимся предлагается самим дать оценку информации. Подвести итог общему рассуждению.
- 1.2. Вывод. Советы и рекомендации по практическому применению материала, информации.

1.3. Заключение. Сформулировав советы и рекомендации, обучающимся предлагается использовать материал, информацию в своей практической творческой деятельности.

6. Для закрепления информации проводится игровая или творческая часть занятия: викторина (подробное описание условия или программы викторины); конкурс (подробное описание); разгадывание кроссворда (с учетом категории сложности); загадки (желательно тематического характера); ребус (с учетом объема знаний и особенностей возраста) и т.д.

7. Практическая работа. Полностью изучив теоретическую часть по теме и убедившись, что учащиеся усвоили материал, педагог вместе с учащимися переходит к практической работе по изучаемой теме. Работа осуществляется по инструкции педагога с обязательным соблюдением всех правил техники безопасности. Результаты проведения практической работы записываются и на их основании делаются выводы.

8. Рефлексивный. Самооценка детьми своей работоспособности, психологического состояния, причин некачественной работы, результативности работы, содержания и полезности учебной работы.

9. Информационный. Информация о содержании и конечном результате домашнего задания, инструктаж по выполнению, определение места и роли данного задания в системе последующих занятий.

2.6. Рабочая программа воспитания

2.6.1. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель:

- воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания, поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся.

Задачи воспитания:

- воспитать патриотическое чувство собственного достоинства как представителя своего народа, толерантное отношение к представителям других национальностей, к ровесникам, родителям, соседям, другим людям;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

- развить этические чувства, эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей.

2.6.2. Работа с коллективом обучающихся

Работа с коллективом обучающихся нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и за других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

2.6.3. Работа с родителями

Работа с родителями обучающихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения (организация и проведение открытых занятий в течении учебного года).

2.6.4. Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 уч. год.

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
I	«Воспитание на учебном занятии»		
1	«ПДД» Правила безопасности»	Беседа	Сентябрь
2	«Пусть знает каждый гражданин, пожарный номер - 01»	Видеоролик, рисунок	Декабрь
3	«Зимняя дорога или опасности зимой»	Видеоролик, рисунок	Январь
4	«Терроризм»	Дидактическая игра, рисунок	Март
5	«Здоровье это ценность и богатство»	Рассказ с элементами беседы, видеоролик, рисунок	Апрель
II	Взаимодействие с родителями		

1	«День открытых дверей»	Презентация, беседа	Сентябрь
2	Родительское собрание «Начало учебного года – начало нового этапа жизни»	Беседа	Октябрь
3	«Семейный Башкортостан»	Спортивная эстафета	Ноябрь
4	Загадочный календарь	Игра-викторина	Апрель
5	Родительское собрание «Итоги прошедшего учебного года»	Беседа	Май
III	Воспитание в детском объединении		
1	Здоровый образ жизни	Спортивные игры	Октябрь
2	Протяни руку помощи	Добровольческая акция	Ноябрь
3	Оказание первой медицинской помощи	Мастер-класс	Февраль
4	Безопасные каникулы	Тестирование	Май

Список литературы

Педагогам:

1. Общая педагогика, Петрова Т.И., Шкерица Т.А., 2017г
2. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий М.: Народное образование, Т1-816с., Т2-816с, 2016.
3. Коджаспирова Г. М. Педагогическая антропология : учебник и практикум. — Москва, 2018г.
4. Лалаян А.А. Психологическая подготовка спортсмена к соревнованиям. - В кн.: Психология. Под общ. Ред. П.А. Рудика. М., ФиС ,2016г.
5. Мазниченко.В.Д. Обучение движениям. - В кн.: Теория и методика физического воспитания. Под общ. Ред. Л.П. Матвеева; А.Д Новикова. ФиС 2015г.
6. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников. Минск, «Народная света», 2016г.
7. В. Романов Бой на дальней, средней и ближней дистанциях, ФиС, 2016г
8. Г. Джероян Методика совершенствования техники и тактики в боксе, ФиС, 2017г.
9. Мазниченко.В.Д. Обучение движениям. - В кн.: Теория и методика физического воспитания. Под общ. Ред. Л.П. Матвеева; А.Д Новикова. ФиС 2016г.
10. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. Ч.III, гл. 7. М., ФиС, 2017г.
11. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. М.2018г,

Учащимся:

1. Алексеев А.В. Себя преодолеть! М., ФиС, 2017г.
2. Программа «Дзюдо» Допущено Государственным комитетом Р.Ф. по физической культуре и спорту, г. Москва 2019г.
3. Попов В.Г. Техника и тактика боевого единоборства. М., 2017г.
4. Попов В.Г. Формула безопасности. М., 2017г.

Интернет ресурсы:

<https://yandex.ru/video/preview/7866959844043370785>
<https://yandex.ru/video/preview/5487705459925026477>
<https://yandex.ru/video/preview/5089970433351729511>
<https://yandex.ru/video/preview/14813481567175500702>
<https://yandex.ru/video/preview/3807146514480008401>