

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец пионеров и школьников им. Н.К. Крупской г. Челябинска»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО «ДПШ»
Смирнова Ю.В.
Ю.В. Смирнова
Приказ МАУДО «ДПШ»
№ 222-09 от 13.05.2024



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Дзюдо для дошкольников»**

Направленность Программы: физкультурно-спортивная
Возраст учащихся: 4,5-7 лет
Срок реализации: 1 год
Год разработки Программы: 2022

Автор-составитель:
Агайдаров Азамат Сапарбекович,
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

Челябинск, 2024 г.

Раздел 1. Пояснительная записка

Оглавление

Раздел 1. Пояснительная записка.....	3
Раздел 2. Содержание Программы.....	7
2.1 Учебный план Программы «Дзюдо для дошкольников».....	7
2.2 Содержание учебного плана образовательного модуля «Дзюдо для дошкольников».....	8
Раздел 3. Воспитательная деятельность.....	12
Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы.....	16
Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации Программы «Дзюдо для дошкольников».....	17
5.1 Методические материалы.....	17
5.2 Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса по Программе «Дзюдо для дошкольников».....	18
Приложение 1. Календарный учебный график Программы.....	20
Приложение 2. Карточка Программы.....	21
Приложение 3. Контрольно-измерительные материалы	23

Перечень нормативно-правовых актов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 25.12.2023).
2. Федеральный закон от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (ред. от 28.04.2023).
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)».
6. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол №3).
7. Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (ред. от 08.12.2023).
8. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации».
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изм. и доп. от 21.04.2023).
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №882, Министерства просвещения Российской Федерации №391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ») (ред. от 22.02.2023).

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

14. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

15. Методические рекомендации по проектированию общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «МГПУ», ФГАУ «ФИРО» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование» (письмо Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015).

16. Закон Челябинской области от 30.08.2013 №515-ЗО «Об образовании в Челябинской области» (ред. от 29.01.2024).

17. Локальные акты МАУДО «ДПШ».

Направленность Программы «Дзюдо для дошкольников» (далее – Программа) – физкультурно-спортивная.

Уровень освоения: базовый.

Актуальность Программы обусловлена социальным заказом общества на формирование целостной, духовно-нравственной, физически развитой личности.

Для полноценного развития ребенка борьба дзюдо способствует развитию волевых качеств, упорства и настойчивости в достижении цели. Системный подход и регулярные занятия формируют здоровую привычку и повышают силовые качества организма, его выносливость. Культурные ценности востока, выраженные в уважении к старшим, этикету борьбы и противнику, несомненно влияют на моральные качества ребенка.

Воспитательный потенциал Программы

Как средство физического воспитания, борьба дзюдо направлено на развитие силы, укрепление здоровья и умения полностью раскрыть свои физические и волевые возможности.

В содержание Программы включены темы: «Мой Дворец» и «Мой выбор». Тема «Мой Дворец» предполагает знакомство с историей и традициями Дворца. Тема «Мой выбор» рассчитана на профессиональную ориентацию обучающихся.

Отличительная особенность Программы

Программа разработана специально для самых маленьких обучающихся и имеет ряд отличительных особенностей, которые делают ее оптимальной для их возраста и физического развития:

1. Уровень сложности и адаптация: Программа адаптирована к возрасту и физическим возможностям обучающихся. Она включает в себя простые игровые упражнения, которые помогают детям постепенно осваивать базовые движения и техники дзюдо.

2. Игровая форма обучения**: Часть занятий проводится в игровой форме, что делает их более привлекательными для обучающихся. Это помогает детям увлеченно и с удовольствием изучать азы дзюдо, а также развивает их творческие способности и фантазию.

3. Развитие физических качеств: Программа направлена на развитие координации движений, гибкости, силы и выносливости. Упражнения, включенные в программу, способствуют укреплению мышц и связок, а также улучшению двигательных навыков.

4. Основы самообороны: Программа включает элементы самообороны, которые адаптированы к возможностям обучающихся. Это помогает им почувствовать уверенность в своих силах и научиться защищать себя в различных ситуациях.

5. Нейтрализация агрессии: занятия по Программе учат обучающихся контролировать свои эмоции и поведение, а также нейтрализовать агрессию в спортивном противостоянии, что важно для их психологического развития.

6. Стимулирование интереса к спорту: Программа нацелена на то, чтобы заложить основу для дальнейшего серьезного занятия дзюдо или другими видами спорта. Она помогает детям понять, что такое физические нагрузки и как они могут быть полезны для здоровья.

7. Отсутствие конкуренции: В Программе основной акцент делается на освоение навыков и техник, а не на соревновательный аспект. Это позволяет обучающимся учиться без стресса и давления, сосредотачиваясь на процессе обучения.

Программа реализуется как дополнительная платная образовательная услуга.

Адресат программы: 4,5-7 лет.

Дошкольный возраст – 4,5-7 лет. В этом возрасте совершенствуются физиологические функции и процессы. Активно формируется костно-мышечная система. У дошкольников происходит дальнейшее расширение круга общения с миром взрослых людей и детей. Взрослый человек воспринимается им как образец, ребенок берет с него пример, хочет быть во всем похожим на него. Ребенок начинает осваивать систему межличностных отношений, учится ориентироваться в многообразии человеческой деятельности. Возникает и развивается новая форма общения со взрослыми - общение на познавательные темы, которое сначала включено в совместную с ними познавательную деятельность. Также на основе совместной деятельности - в первую очередь игры - формируется и детское общество.

Объем, структура, содержание, формы и методы обучения определены в соответствии с возрастными, физиологическими и психологическими особенностями обучающихся.

Данная Программа может быть освоена обучающимися с ОВЗ (по запросу родителей (законных представителей) обучающихся. В данном случае составляется индивидуальный учебный план освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Оптимальное количество обучающихся по Программе (в одной группе) – 15

человек.

Цель Программы: развитие физических качеств у обучающихся путем изучения основ базовых элементов дзюдо.

Задачи Программы:

Личностные:

- сформировать у обучающихся основы здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.

Метапредметные:

- развитие коммуникативных умений, включающих умение внимательно слушать и точно выполнять указания взрослого.

Предметные:

- обучить технике правильного падения;
- развить гибкость, координацию и выносливость;
- обучить технике выполнения базовых элементов дзюдо.

Планируемые образовательные результаты:

Личностные:

- обучающийся ведет здоровый образ жизни, не имеет вредных привычек.

Метапредметные:

- умеет внимательно слушать и точно выполнять указания педагога.

Предметные:

- изучил технику правильного падения;
- демонстрирует гибкость, координацию и выносливость;
- освоил технику выполнения базовых элементов дзюдо.

Форма обучения: очная. Программа может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий.

Виды занятий: объяснение, практические занятия, беседа, показательные выступления, соревнования.

Срок освоения Программы: 1 год.

Режим занятий: три раза в неделю по 1 академическому часу.

Раздел 2. Содержание Программы

2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Дзюдо для дошкольников»

Предмет: «Дзюдо»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Из них:		Формы аттестации / контроля
			теория	практика	
1.	Раздел 1. Введение	4	4	-	
1.1	«Мой Дворец». История Дворца пионеров и его традиции	2	2	-	
1.2	«Мой выбор». Мир профессий в мире спорта	2	2	-	
2.	Раздел 2. Общая физическая подготовка	72	9	63	
2.1	Ходьба	8	1	7	
2.2	Равновесие	8	1	7	
2.3	Бег	8	1	7	
2.4	Лазание	8	1	7	
2.5	Прыжки	8	1	7	
2.6	Общеразвивающие упражнения	8	1	7	
2.7	Ориентирование в пространстве	8	1	7	
2.8	Висы и упоры	8	1	7	
2.9	Акробатические упражнения	8	1	7	
3.	Раздел 3. Основы дзюдо	23	2	21	
3.1	Ритуалы в дзюдо	7	1	6	
3.2	Падение. Самостраховки	8	1	7	
3.3	Изучение стоек, передвижений и поворотов. Текущий контроль	8	-	8	Педагогическое наблюдение
4.	Раздел 4. Специальная подготовка	12	-	12	
4.1	Игровая подготовка на развитие равновесия, координации	2	-	2	
4.2	Игровое задание на развитие силы	2	-	2	
4.3	Игры на развитие акробатических способностей, развитие вестибулярного аппарата	2	-	2	
4.4	Игры на развитие ловкости, скоростных качеств	2	-	2	
4.5	Развитие дистанции, ловкости, реакции:	1	-	1	
4.6	Подвижные игры	1	-	1	
4.7	Итоговое занятие «Дзюдо для дошкольников». Промежуточная аттестация	2	-	2	Контрольное занятие
	Итого:	111	15	96	

2.2 Содержание учебного плана образовательного модуля «Дзюдо для дошкольников»

Раздел 1. Введение (4 часа).

Тема 1.1 «Мой Дворец». История Дворца пионеров и его традиции (2 часа).

Теория (2 часа).

Беседа о Дворце пионеров и школьников им. Н.К. Крупской и его традициях.

Вводный инструктаж по технике безопасности. Основные правила поведения в зале.

Гигиенические требования к форме. Структура занятия. Беседа о борьбе дзюдо.

Тема 1.2 «Мой выбор». Мир профессий в сфере спорта (2 часа).

Теория (2 часа).

Формирование устойчивого понимания значимости спорта рекреационной направленности как неотъемлемой части здорового образа жизни. Обозначение конкретных элементов спортивно-оздоровительной деятельности и их связь жизнью и деятельностью человека с малых лет и до преклонной старости. Проводится показательная экскурсия, направленная на формирования предметного представления.

Раздел 2. Общая физическая подготовка (72 часа).

Тема 2.1 Ходьба (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают ходьбу на носках, пятках на внутреннем крае стопы, с высоким подниманием бедра, по прямой, по кругу, парами, в колонне по одному, с перешагиванием через предметы.

Тема 2.2 Равновесие (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают стойку на носках, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке); ходьбу по гимнастической скамейке, по рейке гимнастической скамейки, ходьбу по лежащему шнуру, при кружении в обе стороны, между линиями, по линиям.

Тема 2.3 Бег (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают бег на носках, парами, в колоннах по одному в различных направлениях, с остановкой по сигналу, с переноской предметов (мячи), коротким (50-55 см), средним (70-80 см), длинным (90-100) шагом, бег приставными шагами; бег с поворотом на 360°.

Тема 2.4 Лазание (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают лазание на четвереньках между предметами, вокруг предметов из различных исходных положений, под натянутую веревку, через

обруч, вверх, вниз по гимнастической стенке, по наклонной скамейке, перелезание через горку матов, гимнастическую скамейку.

Тема 2.5 Прыжки (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают прыжки на месте на одной и двух ногах, с продвижением вперед, из кружка в кружок, вокруг предметов, через линии, вверх с доставкой подвешенных предметов, с высоты 15-25 см, вверх, в длину с места, через натянутую веревочку (высота 10-15 см), передвижения прыжками; забегания.

Тема 2.6 Общеразвивающие упражнения (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают упражнения без предметов: вращение и наклоны головы, для рук, ног, туловища (пресс, спина). Исходные положения: сидя, стоя на коленях, лежа на спине, стоя у опоры (стена), махи ногами в упоре присев, лежа на животе. С предметами: малыми и большими надувными мячами, обручем, гимнастической палкой, скакалкой, ленточкой, платочком, флажками, кубиками, кеглями.

Тема 2.7 Ориентирование в спортивном зале (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают правый, левый угол зала, середина квадрата, круга, построение по определенному сигналу, повороты прыжком, переступанием, зная направление лежащего предмета. Построения в колонну, круг, шеренгу. Направляющий, замыкающий. Строевые команды: «становись!», «равняйся!».

Тема 2.8 Висы и упоры (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают вис на перекладине, вис спиной на гимнастической стенке, упор стоя на коленях, упор сзади на полу, вис на канате на прямых руках.

Тема 2.9 Акробатические упражнения (8 часов).

Практика (8 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают группировку из положения сидя, стоя, лежа, перекаты влево, вправо из положения лежа на спине, перекаат назад из упора присев, из исходного положения лежа на животе, перекаты вперед, назад кувьрки вперёд, назад, перевороты в сторону «колесо»; кувьрки через мяч.

Раздел 3. Основы дзюдо (23 часа).

Тема 3.1 Ритуалы в дзюдо (7 часов).

Теория (1 час).

Объяснение отличий и схожих характеристик в различных практиках единоборств, практикуемых в наше время. Истоки и философия восточных единоборств как

неразрывная связь между формой и содержанием в действии. История восточных единоборств со времен основания школы в Японии и по наши дни.

Практика (6 часов).

Обучающиеся изучают и осваивают поклоны (где и как делать).

Рэй - приветствие (поклон). Тачи - рэй (tachi - rei) - приветствие стоя. Дза – рэй (za - rei) - приветствие на коленях. Оби (obi) - пояс. Завязывание пояса. Изучение стоек, передвижений и поворотов. Шисей (shisei) - стойки. Шинтай (shintai) - передвижения. Аюми - аши (ayumi - ashi) – передвижение обычными шагами. Цуги – аши (tsugi – ashi) - передвижение приставными шагами: вперед – назад, влево – вправо, по диагонали.

Тема 3.2 Падения. Самостраховки (8 часов).

Теория (1 час).

Изучение техники правильного падения. Понятие страховка и самостраховка. Условия применения навыка страховки на тренировке, учебных схватках и соревновательных схватках.

Практика (7 часов).

Падения (ukemi): на бок (yoko-ukemi), на спину (ushiro-ukemi), на живот (mae-ukemi), кувырком (zenpo-tenkai-ukemi).

Отработка страховки в разминке. Отработка страховки в перемещениях. Отработка страховки в падениях. Отработка страховки в бросках. Отработка страховки индивидуально. Отработка страховки в парах.

Тема 3.3 Изучение стоек, передвижений и поворотов. Текущий контроль (8 часов).

Практика (8 часов).

Освоение раздела техники 6 КЮ. SHISEI –стойки. SHINTAI – передвижения: Ayumi-ashi- передвижение обычными шагами, Tsugi-ashi-передвижение приставными шагами: вперед- назад, влево – вправо, по диагонали. TAI –SABAKI – повороты (перемещения тела): на 90° шагом вперед, на 90° шагом назад, 180° скрестными шагами (одна вперед, другая назад по диагонали), на 180° круговым шагом вперед, на 180° кругом шагом назад. Подготовка учащихся к дальнейшему изучению падений, выполняются группировки из различных исходных положений (раздел акробатические средства). Особое внимание уделяется правильности положения подбородка. Текущий контроль

Раздел 4. Специальная подготовка (12 часов).

Тема 4.1 Игровая подготовка на развитие равновесия, координации (2 часа).

Практика (2 часа).

Проведение подвижных игр, совершенствующих равновесие, координацию: пятнашки на одной ноге; игра «Бой петухов»; прохождение по гимнастической скамейке; игра «Сбросить противника с гимнастической скамейки»; игра «Зацеп»; игра «Ковбой»; игра «Кто устоит?».

Тема 4.2 Игровое задание на развитие силы (2 часа).

Практика (2 часа).

Проведение подвижных игр на развитие силы: игра «Достань предмет»; «Сильная рука»; «Борьба»; «Упрямы»; «Кто сильнее?».

Тема 4.3 Игры на развитие акробатических способностей, развитие вестибулярного аппарата (2 часа).

Практика (2 часа).

Проведение подвижных игр на развитие акробатических способностей, развитие вестибулярного аппарата: пятнашки кувырками, перекатами; игра «Дзюдо».

Тема 4.4 Игры на развитие ловкости, скоростных качеств (2 часа).

Практика (2 часа).

Проведение подвижных игр на развитие ловкости, скоростных качеств: игра «Цепи»; игра «Три кольца»; игра «Догнать хвост».

Тема 4.5 Развитие дистанции, ловкости, реакции (1 час).

Практика (1 час).

Проведение подвижных игр на развитие дистанции, ловкости, реакции: пятнашки ногами без захвата и с захватами; пятнашки руками; захватить определённую часть тела соперника.

Тема 4.6 Подвижные игры (1 час).

Практика (1 час).

Проведение подвижных игр: петушиный бой, салки, вышибалы.

Тема 4.7 Итоговое занятие «Дзюдо для дошкольников». Промежуточная аттестация (2 часа).

Практика (2 часа).

Итоговое занятие «Дзюдо для дошкольников». Подведение итогов. Промежуточная аттестация.

Раздел 3. Воспитательная деятельность

3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по ДООП «Дзюдо для дошкольников» являются:

- формирование уважения к труду, результатам труда (своего и других людей), к трудовым достижениям своих земляков, российского народа, желания и способности к творческому созидательному труду в доступных по возрасту социально-трудовых ролях;

- формирование ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни;

- воспитание морально-волевых и нравственных качеств: целеустремленности, самообладания, ответственности, патриотизма.

Основные целевые ориентиры определяются на основе российских базовых конституционных ценностей с учётом целевых ориентиров результатов воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях, что обеспечивает единство содержания воспитания, воспитательной деятельности, воспитательного пространства во всех образовательных организациях, в которых обучаются дети.

Основные целевые ориентиры воспитания детей ДООП «Дзюдо для дошкольников»:

- формирование сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья, соблюдения правил личной и общественной безопасности;

- формирование установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек (курение, зависимости от алкоголя, наркотиков и др.), понимание их вреда;

- воспитание высоких морально-этических норм и нравственных качеств у спортсмена - гражданина России;

- воспитание волевых проявлений, связанных со спортивной деятельностью, но имеющих непосредственное отношение к воспитанию общих черт характера, важных для трудовой и общественной деятельности.

3.2. Формы и методы воспитания

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный

характер и ориентировано на свободный выбор педагогом таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основными формами воспитания по методу воздействия в ДООП «Дзюдо для дошкольников» являются:

- получение информации об истории развития дзюдо, знакомство с биографиями знаменитых дзюдоистов России и мира, как источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения (важно, чтобы дети не только получали эти сведения от педагога, но и сами осуществляли работу с информацией: поиск, сбор, обработку, обмен и т. д.);

- практические занятия обучающихся (учебно-тренировочные, подготовка к соревнованиям) - способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию умений в области целеполагания, планирования, укреплению внутренней дисциплины, дают опыт долгосрочной системной деятельности;

- участие в воспитательных мероприятиях коллектива/объединения, где проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи;

- итоговые мероприятия (соревнования, показательные выступления) - способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, воспитывают ответственность, целеустремленность, самообладание, патриотизм, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу обучающихся.

В воспитательной деятельности с обучающимися по ДООП «Дзюдо для дошкольников» используются следующие методы воспитания:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение);

- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);

- метод упражнений (приучения);

- методы стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);

- методы самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки;

- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3.3. Условия осуществления воспитательного процесса, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе предусматривает не определение персонализированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного обучающегося, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижении в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, о влиянии воспитательных мероприятий в рамках реализации программы на коллектив обучающихся.

3.4. Календарный план воспитательной работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Дзюдо для дошкольников»

№ п/п	Название мероприятия	Цель мероприятия	Сроки	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	«Давайте познакомимся»	создание благоприятной психологической атмосферы для дальнейшего обучения в объединении	сентябрь	фото-и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте,; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»
2.	Просмотр и обсуждение соревнований различного уровня	Повышение уровня физической подготовленности и спортивного мастерства учащихся, их умственной работоспособности, воспитание волевых и нравственных качеств.	в течение учебного года	фото-и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте,; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»
3.	«День здоровья»	формирование у обучающихся культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья. Популяризация занятий борьбой.	апрель	фото-и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте,; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»
4.	Посещение соревнований	воспитание нравственного и духовного состояния; пропаганда здорового образа жизни	в течение учебного года	фото-и видеоматериалы с выступлением

				обучающихся на странице объединения ВКонтакте,; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»
5.	День открытых дверей	воспитание чувства уважения к традициям ДПШ и чувства сопричастности к успехам коллектива	май	фото-и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте,; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»

Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы

Текущий контроль

Форма контроля	Уровень освоения материала	Зачетные требования
Педагогическое наблюдение	низкий	обучающийся плохо понимает основы дзюдо и правила безопасности; испытывает трудности с выполнением базовых техник, техника и контроль слабо развиты; нерегулярно участвует в занятиях или проявляет низкую активность и заинтересованность; имеет проблемы с адаптацией к тренировочному процессу и может быть недисциплинированным; может проявлять недостаточное уважение к педагогу и сверстникам
	средний	обучающийся имеет базовое понимание принципов дзюдо и правил безопасности; умеет выполнять некоторые базовые техники, хотя техника и контроль могут быть не идеальными; часто участвует в занятиях, но может проявлять недостаточную активность или заинтересованность; имеет потенциал для развития, но может испытывать трудности с адаптацией к тренировочному процессу; проявляет желание учиться и уважение к другим обучающимся
	высокий	обучающийся плохо понимает основы дзюдо и правила безопасности; испытывает трудности с выполнением базовых техник, техника и контроль слабо развиты; нерегулярно участвует в занятиях или проявляет низкую активность и заинтересованность; имеет проблемы с адаптацией к тренировочному процессу и недисциплинирован; может проявлять недостаточное уважение к педагогу и сверстникам

Промежуточная аттестация

Форма контроля	Уровень освоения материала	Зачетные требования
Контрольное занятие	низкий	0-3 балла
	средний	4-8 баллов
	высокий	9-12 баллов

Метапредметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Дзюдо для дошкольников» оцениваются по карте педагогического наблюдения (приложение 3).

Личностные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Дзюдо для дошкольников» оцениваются специально подобранным психологическим инструментарием (приложение 3).

Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации Программы

5.1 Методические материалы

Форма обучения – очная; с применением дистанционных образовательных технологий.

Основные формы учебных занятий:

- 1.Беседа – диалогический метод обучения, при котором преподаватель путем постановки тщательно продуманной системы вопросов подводит учащихся к пониманию нового материала или проверяет усвоение уже изученного. выступлению.
- 2.Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, которое формирует практические умения.
- 3.Спортивное соревнование – состязание среди спортсменов или команд спортсменов по различным видам спорта (спортивным дисциплинам) в целях выявления лучшего участника состязания, проводимое в соответствии с утвержденным его организатором положением (регламентом).
4. Показательные выступления - демонстрация спортивной техники, достижений в том или ином виде спорта. Это одно из средств пропаганды физической культуры и спорта. Цель его - наглядно продемонстрировать уровень спортивной (физической) культуры обучающихся, достигнутый в течение учебного года.
5. Объяснение – словесный метод обучения, заключающийся в истолковании закономерностей, существенных свойств изучаемых объектов, отдельных понятий, фактов или явлений при изучении, как правило, теоретического материала различных наук, при раскрытии коренных причин и следствий в явлениях природы и общественной жизни.

Методы обучения: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, здоровьесберегающие технологии и др.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бойко, В. В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. - Москва: Физкультура и спорт, 1987. - 144 с.
2. Булкин, В.А. Основные понятия и термины физической культуры и спорта: Учебное пособие. - СПб.: СПбГАФК, 1996. - 47 с.
3. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - Москва: Физкультура и спорт, 1988. - 331 с.
4. Годик, М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - Москва: Физкультура и спорт, 1980. - 135 С.

5. Годик, М.А. Совершенствование силовых качеств // Современная система спортивной тренировки. - Москва: «СААМ», 1995. – 88 с.

6. Захаров, Е.Н., Карасев, А.В., Сафонов, А.А. Энциклопедия физической подготовки: Методические основы развития физических качеств. /Под общей ред. А.В. Карасева. - Москва: Лептос, 1994. - 368 с.

7. Иваков-Катанский, С. С. Техника борьбы в одежде. Москва, МД «Гранд», 2000. – 123 с.

8. Игуменов, В.М., Подливаев, Б.А. Спортивная борьба. - Москва: Просвещение. 1993. - 128 с.

9. Кавамура, Е. Дзюдо (перевод). Издательство: Физкультура и спорт. Москва. 1977. - 199 с.

10. Каплин, В.Н., Еганов, А.В., Сиротин О.А. Оценка уровня специальной и общефизической подготовленности дзюдоистов-юниоров: Метод. рекомендации. - Москва: Госкомспорт, 1990. - 22 с.

11. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать. → 000 «Издательство АСТ». 2003. - 863 с.

12. Пархомович, Г.П. Основы классического дзюдо. Учебно-методическое пособие для тренеров и спортсменов. – Пермь: «Урал-пресс ЛТД», 2000. – 99 с.

13. Письменский, И.А., Коблев Я.К., Сытник В. Н. Многолетняя подготовка дзюдоистов. - Москва: ФиС. 1982. - 328 с.

14. Половников, Р.А. Образовательная программа для учреждений дополнительного образования ДЮОЦ им. В. Соломина. Пермь, 2002. – 88 с.

15. Путин, В.В. Дзюдо. История. Теория. Практика. - Москва, 2001. – 100 с.

16. Родионов, А. В. Влияние психических факторов на спортивный результат. - Москва: ФиС, 1983. - 112 с.

17. Свищев, И.Д., Жердев, В.Э. Учебное пособие для спортивных школ (рекомендовано для групп НП-1 и 2 г.о., УТГ-1, 2, УТГ-3, 4). Москва, 2000. – 111 с.

18. Свищев, И.Д., Жердев, В.Э. и др. Учебная программа для учреждений дополнительного образования. - М.: Советский спорт, 2003. – 112 с.

19. Сиротин, О.А. Психолого-педагогические основы индивидуализации спортивной подготовки дзюдоистов. - Челябинск, 1996. - 315 с.

20. Старков, А.Г. Индивидуализация подготовки борцов. - Москва: ФиС, 1995. - 241 с.

21. Тищенко, И. И. Извеков, В. В. Борьба в одежде: дзюдо и самбо для женщин. - Москва, 1998. - 168 с.

5.2 Материально-техническое обеспечение и оснащенность образовательного процесса по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Дзюдо для дошкольников»

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
-------	-------------------------------------	---------------

I. Информационно-коммуникационные средства (программные средства)		
1.	Учебные фильмы	10
2.	Сайты: Judo.ru, cheljudo.ru, ijf.com	
II. Учебно-практическое (спортивный инвентарь,) оборудование		
1.	Татами	65 м2
2.	Шведская стенка	2
3.	Турник навесной	2
4.	Маты мягкие поролоновые (1X2)	5
5.	Гиря (24кг)	1
6.	Гиря (16кг)	1
7.	Гиря (8кг)	1
8.	Скакалки	10
9.	Обручи	20
10.	Мячи набивные	2
11.	Мячи силиконовые	20
12.	Облучатель –реширкулятор медицинский	1
III. Мебель		
1.	Гимнастические скамейки	2
2.	шкафы для хранения оборудования	1
IV. Дидактические материалы		
1.	наглядно-иллюстрационный материал по теме «Обучения выполнения техники бросков»	1

Приложение 2

КАРТОЧКА

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Дзюдо для дошкольников»

Наименование	Содержание
название ДООП/модуля	«Дзюдо для дошкольников»
краткое название ДООП/модуля	«Дзюдо для дошкольников»
направленность программы	Физкультурно-спортивная
краткое описание	Программа «Дзюдо для дошкольников» знакомит обучающегося с современной спортивной борьбой Дзюдо. Успешно осваивая Программу, воспитанник проходит общефизическую подготовку, а также получает необходимые первоначальные навыки борьбы. В процессе обучения воспитываем в ребёнке трудолюбие, настойчивость, уважение к товарищам и своему делу. Тренировки предусматривают развитие необходимых физических качеств, при выполнении общих и специальных упражнениях Дзюдо
содержание программы учебного плана (наименование разделов и тем)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Раздел 1. Введение <ol style="list-style-type: none"> 1.1 «Мой Дворец». История Дворца пионеров и его традиции 1.2 «Мой выбор». Мир профессий в мире спорта 2. Раздел 2. Общая физическая подготовка <ol style="list-style-type: none"> 2.1 Ходьба 2.2 Равновесие 2.3 Бег 2.4 Лазание 2.5 Прыжки 2.6 Общеразвивающие упражнения 2.7 Ориентирование в пространстве 2.8 Висы и упоры 2.9 Акробатические упражнения 3. Раздел 3. Основы дзюдо <ol style="list-style-type: none"> 3.1 Ритуалы в дзюдо 3.2 Падение. Самостраховки 3.3 Изучение стоек, передвижений и поворотов. Текущий контроль 4. Раздел 4. Специальная подготовка <ol style="list-style-type: none"> 4.1 Игровая подготовка на развитие равновесия, координации 4.2 Игровое задание на развитие силы 4.3 Игры на развитие акробатических способностей, развитие вестибулярного аппарата 4.4 Игры на развитие ловкости, скоростных качеств 4.5 Развитие дистанции, ловкости, реакции: 4.6 Подвижные игры 4.7 Итоговое занятие «Дзюдо для дошкольников». Промежуточная аттестация
ключевые слова для поиска программы	Дзюдо, ката, Дзигуро Кано, борьба, спорт

цель и задачи	Цель программы: развитие физических качеств у обучающихся путем изучения основ базовых элементов дзюдо. Задачи программы: сформировать у обучающихся основы здорового образа жизни и профилактики вредных привычек; развитие коммуникативных умений; обучить технике правильного падения; развить гибкость, координацию и выносливость; обучить технике выполнения базовых элементов дзюдо
результат	Обучающийся ведет здоровый образ жизни, не имеет вредных привычек; обучающийся ведет здоровый образ жизни, не имеет вредных привычек; умеет внимательно слушать и точно выполнять указания взрослого; изучил технику правильного падения; демонстрирует гибкость, координацию и выносливость; освоил технику выполнения базовых элементов дзюдо
материальная база	Татами Маты гимнастические
требования к состоянию здоровья	I-II группа здоровья
наличие медицинской справки для зачисления	Да
возрастной диапазон	4,5-7 лет
число учащихся в группе	15 человек
способ оплаты	Внебюджет
продолжительность	1 год
общее количество и количество часов в неделю	111/3

Приложение 3

Контрольно-измерительные материалы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Дзюдо для школьников»

Текущий контроль

Форма контроля: педагогическое наблюдение.

Обучающиеся выполняют упражнения и тренировочные задания. Педагог оценивает достижения обучающихся в соответствии с зачётными требованиями. Оценка предложенных параметров позволит определить, насколько успешно обучающийся усваивает основы дзюдо и развивает необходимые навыки для дальнейшего обучения.

Критерии оценивания:

1. Техническая оснащённость: умение выполнять базовые технические элементы дзюдо, такие как перевороты (например, оси-ноукоми), броски (например, ути-мата), удержания (например, даки-jiime) и удушения (например, даки-сабми).
2. Физическая подготовка: оценка физической формы обучающегося, включая силу, гибкость, координацию движений и выносливость. Это может быть проверено через упражнения на скорость, силу, выносливость и баланс.
3. Коммуникация и взаимодействие: обучающийся должен уметь слушать инструкции педагога-тренера, взаимодействовать с партнерами по обучению.
4. Мотивация и упорство: оценивается способность обучающегося преодолевать трудности и не сдаваться в сложных ситуациях.
5. Умение защищаться и избегать опасностей: обучающийся должен уметь защищаться от атак, используя базовые принципы дзюдо, такие как уклонение, блокирование и отступление. Также важно, чтобы обучающийся понимал и соблюдал правила безопасности во время тренировок и соревнований.

Все критерии оцениваются по четырехбалльной шкале:

0 – отсутствует;

1 – практически не проявляется;

2 – присутствует частично;

3 – присутствует в полной мере.

0 - 5 баллов - обучающийся освоил раздел на низком уровне;

6 - 9 баллов - обучающийся освоил раздел на среднем уровне;

10 - 15 баллов - обучающийся освоил раздел на высоком уровне.

Промежуточная аттестация

Форма контроля: контрольное занятие.

Структура проведения занятия промежуточной аттестации:

1. Построение, обозначение и разъяснения по порядку проведения занятия (3-5 минут).
2. Разминка в движении, стоя, в партере (лежа и сидя), (30 минут).
3. Перерыв (5 минут).

4. Контрольное занятие: обучающиеся садятся в ряд и ждут вызова для демонстрации. Оцениваемые действия выполняются как в паре, так и индивидуально.

5. Комплекс для тестирования общей и специальной физической подготовки (комплекс: 5 раз «жим от пола в упоре лежа», 5 раз «упор лежа – упор присев», 5 раз «выпрыгивание из упора присев», 5 раз «складочка»).

Критерии оценивания:

1. Знание основных терминов по программе.

2. Технические навыки.

3. Атлетизм.

4. Умение работать в команде.

Все критерии оцениваются по четырехбалльной шкале:

0 – отсутствует;

1 – практически не проявляется;

2 – присутствует частично;

3 – присутствует в полной мере.

0 - 3 баллов - обучающийся освоил программу на низком уровне;

4 - 8 баллов - обучающийся освоил программу на среднем уровне;

9 - 12 баллов - обучающийся освоил программу на высоком уровне.

Карта педагогического наблюдения метапредметных результатов

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии оценки									
		Развитие навыков постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотношения своих действий с результатом на основе самоанализа	Развитие навыков конструктивного взаимодействия внутри коллектива на основе принятых норм взаимоотношений и освоение различных социальных ролей, умения работать на общий результат и нести ответственность за свои обязанности и поручения.	Развитие навыков бесконфликтного и конструктивного общения с окружающими посредством освоения различных средств коммуникации и способов саморегуляции своего поведения							
		Развиты навыки планирования своей работы	Умеет нести ответственность за результаты действий	Умеет определять способы действия в рамках предложенных условий и способен ставить цель и выбирать пути ее достижения	Умеет взаимодействовать со сверстниками и педагогом	Развита социальная компетентность, готовность к осуществлению общественно значимой деятельности	Владеет различными социальными ролями	Владеет и применяет нормы взаимоотношения в коллективе	Умеет взаимодействовать со сверстниками и педагогом	Владеет различными средствами коммуникации	Владеет навыками саморегуляции в процессе общения

+ 1 – владеет в совершенстве

0 – средний уровень

- 1 – не владеет

Педагог дополнительного образования _____

**Анкета определения знаниевого компонента
сформированности личностных результатов
дополнительной общеобразовательной программы**

Ценностное основание/ориентир: Человек как живое существо

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1.	Здоровье у человека – состояние полного физического, душевного и социального благополучия	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
2.	Здоровый образ жизни создает наилучшие условия для нормального течения физиологических и психических процессов	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
3.	Здоровье — это естественная, абсолютная и непреходящая жизненная ценность в жизни любого человека	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно

7 – 12 баллов - показатель полностью сформирован

5 – 6 баллов – показатель частично сформирован

0 – 4 – баллов показатель не сформирован

Ценностное основание/ориентир: Человек как представитель моего социального окружения

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1.	Общение для человека - это главное условие его психического и социального становления	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
2.	Коммуникация – это конструктивный процесс взаимодействия между людьми или их группами с целью передачи информации либо обмена сведениями	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
3.	Дружба – это искренние, бескорыстные взаимоотношения, построенные на доверии и взаимном уважении	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно
4.	Командная работа — это огромная возможность для личностного и профессионального роста всех членов команды	4-Полностью согласен (-а) 3 –В общем, это верно 2 – Это не совсем так 1 –Это неверно

10 – 16 баллов - показатель полностью сформирован

6 – 9 баллов – показатель частично сформирован

0 – 5 – баллов – показатель не сформирован