МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАМЧАТКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ВОСХОД»

Принята на заседании
Педагогического совета

Протокол № 1
«30» августа 2024 г.

Утверждаю
Директор КГАУ ДО «Региональный центр «Восход»
_____ Ю.Е. Моторина
Приказ № 82-у
«30» августа 2024 г.

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

# «Зимняя образовательная программа по самбо»

**Уровень программы:** Продвинутый
**Срок реализации программы:** 54 часа
**Возрастная категория:** 10-16 лет
**Состав группы:** 16 человек
**Форма обучения:** очная
**Вид программы:** авторская

**Авторы составители:**
Сарычев Александр Валентинович,
тренер высшей квалификационной категории, мастер спорта по самбо
Галянт Светлана Алексеевна,
восьмикратная чемпионка мира по самбо, тренер по самбо

г. Петропавловск-Камчатский
2024

## 1. Пояснительная записка

Нормативно-правовые акты, используемые при разработке программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями и дополнениями);

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467»;

4. Приказ Министерства образования Камчатского края от 31.08.2021 № 772 «Об утверждении положений о моделях выравнивания доступности дополнительных общеобразовательных программ для детей с различными образовательными возможностями и потребностями»;

5. Приказ Министерства образования Камчатского края от 14.08.2023 № 12-Н «Об утверждении Регламента общественной экспертизы дополнительных общеобразовательных программ»;

6. Приказ Министерства образования Камчатского края от 01.10.2021 № 879 «О внедрении моделей реализации дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме и моделей выравнивания доступности дополнительных общеобразовательных программ для детей с различными образовательными возможностями и потребностями»;

7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р) с изменениями;

8. План работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Камчатском крае (утв. распоряжением Правительства Камчатского края от 14.10.2022 № 610 РП) (в действующей редакции);

9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 02 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано в Минюсте РФ 29.01.2021 № 62296);

10. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СанПиН 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).

При разработке программы учитываются внутренние документы учреждения:

– Устав КГАУ ДО «Региональный центр «Восход»;

– Порядок комплектования КГАУ ДО «Региональный центр «Восход»;

– Правила внутреннего распорядка для обучающихся КГАУ ДО «Региональный центр «Восход».

**1.1. Актуальность**

В Концепции модернизации российской системы образования определены важность и значение системы дополнительного образования детей способствующей развитию склонностей, способностей и интересов социального и профессионального самоопределения детей и молодежи. Самбо - интересный и популярный вид спорта у подростков и детей, также он является соревнованием для более взрослой категории людей.

Самбо — (самозащита без оружия) – вид единоборств представляет собой вид спортивной борьбы, в основе которого наиболее эффективные приёмы, применяемые в различных национальных видах борьбы.

Занятия проводятся на базе ДОЛ имени Ю.А. Гагарина.

**1.2. Новизна**

Самбо - уникальная система самозащиты, выработанная в реальной боевой деятельности, основанная на принципах ведения реального боя с одним или несколькими противниками (стоя и лёжа), на принципах естественных движений и специальной подготовки психики в условиях стрессовой ситуации.

Программа ориентирована на школьников 10 - 16 лет, имеющие выдающиеся достижения и спортивные разряды Камчатского края, прошедшие конкурсный отбор.

Новизна и современность преподавания обусловлена в поэтапном освоении учащимися, предлагаемого материала, что дает возможность учащимся с разным уровнем развития освоить те этапы сложности, которые соответствуют их способностям. Программа основана на индивидуальном подходе к каждому учащемуся при помощи подбора заданий разного уровня сложности. Подбор заданий осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за практической деятельностью учащегося на занятии.

**1.3. Цели**

Цель программы — повысить уровень мастерства самбиста в теоретическом, тактическом и техническом плане, а также доведение чистой победы над противником.

**1.4. Задачи**

***Обучающие:***

- научить основам спортивного мастерства в избранном виде спорта;
- научить техническим приёмам, тактическим действиям и правилам борьбы;
- научить приёмам и методам контроля физической нагрузки на занятиях;
- сформировать навыки регулирования психического состояния.

***Развивающие:***

- развить двигательные способности; развить представления о мире спорта;

- развивать волю, выносливость, смелость, дисциплинированность;
- развивать социальную активность и ответственность;
- развить физическое и нравственное развитие детей и подростков.

***Воспитательные:***

- воспитывать нравственные и волевые качества;
- воспитывать чувство «партнёрского плеча», дисциплинированность, взаимопомощь;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- формировать потребность ведения здорового образа жизни;
- содействовать патриотическому воспитанию подрастающего поколения.

**1.5. Ожидаемый результат**

В результате изучения курса «Зимняя образовательная программа по самбо» в рамках образовательной смены должны быть достигнуты определённые результаты.

***Личностные:***

- ориентация на моральные нормы и их выполнение;
- формирование основ культуры борьбы;
- формирование основ чувства прекрасного и эстетического чувства на основе знакомства с мировой и отечественной культурой вида спорта самбо;
- уважительное отношение к сопернику;
- приобретение основных навыков сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками;
- умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

***Предметные:***

- решать сложные тактические задачи;
- уметь правильно оценивать позицию.

***Метапредметные:***

- организация собственной деятельности, умение выбирать типовые методы и способы выполнения задач, оценивать их эффективность и качество;
- умение принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность;
- использовать информационно-коммуникативные технологии в учебной деятельности.

**1.6. Направленность**

Направленность программы физкультурно-спортивная, что коррелирует с целями и задачами программы.

**1.7. Уровень**

Уровень программы —продвинутый. В рамках учебно-практических занятий основное внимание отводится формированию борцовских, физических навыков.

**1.8. Характеристики обучающихся, возрастные особенности, иные**

Предлагаемые в программе виды деятельности являются целесообразными для детей 10-16 лет, так как учтены психологические особенности их возраста, уровень умений и навыков учащихся, а содержание отображает познавательный интерес данного возраста.

**1.9. Форма обучения**

Форма обучения – очная.

**1.10. Особенности организации образовательного процесса**

К работе в дополнительной программе «Зимняя образовательная программа по самбо» привлекаются опытные тренера в области единоборств, имеющие высшее образование или имеют высшую тренерскую категорию по самбо, обладающие следующими компетенциями:

- умение проводить спарринги;
- умение применять в учебно-тренировочном процессе средства и методы обучения;
- умение ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности;
- осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного роста;
- уметь совместно с учащимися вести анализ позиции, понимать рассуждение ученика, анализировать предлагаемое учащимся рассуждение с результатом: подтверждение его правильности или нахождение ошибки и анализ причин ее возникновения;

В ходе реализации образовательной программы преподаватель:

- формирует интерес и представление об искусстве единоборств;
- предоставляет информацию о дополнительном образовании, преподаёт материал с учетом преемственности теории и практики;
- определяет на основе анализа учебной деятельности учащегося оптимальные (в том или ином образовательном контексте) способы его обучения и развития.

По итогам прохождения программы состоится соревновательные встречи.

**1.11. Состав группы, режим занятий, периодичность и продолжительность**

Программа рассчитана на 9 учебных дней. Занятия проводятся два раза в день по 3 часа, всего – 54 часов. На период пребывания в образовательном лагере с 28 декабря 2024 года по 8 января 2025 года формируется группа 16 человек одарённых детей в области самбо в возрасте от 10 до 16 лет.

Занятия проводятся два раза в день по 3 академических часа. Выходные дни считаются воскресенье и дни заезда и выезда смены.

**1.12. Формы аттестации и контроля**

Формы аттестации и контроля используемые при реализации программы: выполнение диагностических заданий в формате технических зачётов, индивидуальных и групповых заданий, показательных спарринговпо промежуточному и итоговому контролю (Приложение 1, 2).

**1.13. Критерии и уровни оценки**

Цель: диагностика уровня знаний, умений и навыков обучающихся, в период освоения дополнительной образовательной программы:

- промежуточная;
- итоговая.

| Уровень/Блок | Когнитивный | Мотивационно-аксиологический | Деятельностный |
|---|---|---|---|
| Низкий | Знания о самбо и его особенностях, предусмотренных программой поверхностны. Обучающийся владеет менее половины необходимого объема навыков, не знает или неверно использует специальные термины. | Желание осваивать дополнительную образовательную программу незначительное, личная инициатива отсутствует. | Слабая общая физическая и волевая подготовка, недостаточная выносливость. База и специальные навыки не достаточные. Не способен проанализировать действия. Владеет менее чем половиной необходимых практических умений и навыков. |
| Средний | Демонстрирует знание основных, понятий и приёмов. Обучающийся владеем более чем половиной необходимого объема знаний, умений и навыков. | Проявляет интерес к освоению, предложенных программой особенностей самбо, демонстрирует желание, сопровождающееся попытками создания эффективной базы. | Сформированы основные умения и навыки, задания выполняются с желанием, четко по образцу; при этом личная инициатива не выражена; при выполнении групповых заданий является наблюдателем. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Высокий | Демонстрирует знание большинства терминов, понятий и приёмов. Знания обширны, прочны и системны. Освоен практически весь объем учебного материала, предусмотренный программой. Специальные термины и приемы используются осознанно и в полном соответствии с их содержанием. | Ярко выражен интерес к занятиям и физической подготовке. | Практико-ориентированные умения и навыки на высоком уровне. Объём наработанного физического материала достаточный для полноценного использования в спаррингах и соревнованиях.<br>Наблюдается высокая инициативность, поиск идей и генерация нестандартных креативных решений. |

## 2. Учебный план

| № занятия | Тема | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | всего | теория | практика | |
| 1. | Общая физическая подготовка. | 8 | 1 | 7 | Сдача контрольных нормативов. Анализ Самоанализ |
| 2. | Специальная физическая подготовка | 8 | 1 | 7 | Сдача контрольных нормативов. Анализ Самоанализ |
| 3. | Техническая физическая подготовка | 8 | 2 | 6 | Сдача контрольных нормативов. Анализ |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Самоанализ |
| 4. | Теоретическая физическая подготовка. | 7 | 7 | 0 | Сдача контрольных нормативов. Анализ Самоанализ |
| 5. | Психологическая спортивная подготовка. | 7 | 3 | 4 | Сдача контрольных нормативов. Анализ Самоанализ |
| 6. | Учебно-соревновательные встречи. | 9 | 0 | 9 | Сдача контрольных нормативов. Анализ Самоанализ |
| 7. | Консультации | 7 | 2 | 5 | Сдача контрольных нормативов. Анализ Самоанализ |
| | ИТОГО | 54 | 16 | 38 | |

## 3. Содержание программы

***Тема 1. Общая физическая подготовка.***

**Силы:** гимнастика – подтягивание на перекладине, сгибание рук в упоре лёжа, сгибание туловища лёжа на спине, ноги закреплены, поднимание ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке, лазание по канату с помощью ног, без помощи ног. Спортивная борьба – приседание, повороты туловища, наклоны с партнёром на плечах, подъем партнёра захватом туловища сзади, стоя на параллельных скамейках.

**Быстроты**: лёгкая атлетика – бег 10 м, 20 м, 30 м, прыжки в длину с места.

Гимнастика – подтягивание на перекладине за 20 с, сгибание рук в упоре лёжа за 20 с; спортивная борьба – 10 бросков манекена через спину.

**Гибкости:** спортивная борьба – вставание на мост из стойки, переворачивания на мосту с помощью партнёра; гимнастика – упражнения на гимнастической стенке, упражнения для формирования осанки.

Ловкости: лёгкая атлетика – челночный бег 3 х 10 м: гимнастика – кувырки

перед, назад (вдвоём, втроём), боковой переворот, подъем разгибом; спортивные игры; подвижные игры – эстафеты, игры в касания, в захваты.

**Выносливости: у**пражнения для комплексного развития качеств: поднимание и опускание плеч, круговые движения, из упора присев в упор лёжа и снова в упор присев; стока на лопатках, вращение шеи, туловища, таза; наклоны вперёд, назад, в сторону; прыжки на месте с поворотом на 90*, 180*, 360*; ходьба по рейке гимнастической скамейки, с поворотом, перешагиванием через набивной мяч; кувырок вперёд с захватом скрещённых ног, с закрытыми глазами, из стойки, с набивным мячом в руках, полет-кувырок; стойка на руках; переползания; лазание по гимнастической стенке; метания теннисного мяча на дальность, после кувырка вперёд, на точность, перебрасывания мяча в парах; строевые упражнения – выполнение команд «направо», «налево», «кругом», построение из колонны по одному в колонну по трое, размыкание вправо, влево от середины на вытянутые в сторону руки.

***Тема 2. Специальная физическая подготовка.***

Упражнения для развития специальных физических качеств:

**Силы:** выполнение бросков, удержаний, болевых приёмов на более тяжёлых партнёрах.

**Быстроты**: проведение поединков с быстрыми партнёрами, с партнёрами лёгкими по весу, выполнение бросков на скорость за 5 с, за 10 с.

**Выносливости:** проведение поединков с противниками, способными длительное время сохранять работоспособность, выполнять броски, удержания, болевые приёмы длительное время (3-5 минут).

**Гибкости**: проведение поединков с партнёрами, обладающими повышенной подвижностью в суставах, выполнение бросков с максимальной амплитудой.

**Ловкости:** выполнение вновь изученных бросков, удержаний, болевых приёмов в условиях поединка.

Имитационные упражнения с набивным мячом для освоения: боковой подсечки – удары подошвенной частью стопы по лежащему мячу, по падающему мячу, по отскочившему от пола мячу, по катящемуся мячу. Имитационные упражнения бросков, выведений из равновесия.

***Тема 3. Техническая физическая подготовка.*** Формирование необходимых в избранном виде спорта технических умений и навыков и доведение их до совершенства. Тактическая подготовка направлена на создание умения спортсмена грамотно построить ход спортивной борьбы с учётом постоянно меняющейся обстановки.

Борьба в стойке (броски):

- зацеп ногой снаружи;
- передняя подножка с односторонним захватом;
- бросок через бедро с ударом в подмышку:
- бросок через бедро с захватом одежды на груди;
- бросок через голову с захватом руки и головы, с захватом на узел

плеча;
- бросок с захватом ног с выносом их в сторону;
- зацеп стопой изнутри;
- зацеп изнутри с заведением;
- зацеп изнутри под одноимённую ногу:
- зацеп стопой с падением;
- подсад бедром снаружи;
- защита от приемов соперника и контрприемы;

Борьба лежа:

Переворачивания:
- переворачивание с захватом ног руками;
- переворачивание с захватом шеи из-под плеча и забеганием;
- переворачивание с захватом головы и забеганием;
- переворачивание с захватом руки ногой и кувырком вперёд;
- переворачивание с захватом ног соперника ногами.
- переворачивание с захватом предплечья из-под плеча и забеганием.

Удержания:
- удержание со стороны ног с захватом пояса;
- удержание верхом с захватом ворота на спине из-под рук;
- удержание верхом без захвата рук;
- удержание со стороны ног с захватом рук.

Болевые приемы:
- узел плеча поперёк;
- обратный узел плеча поперёк;
- узел плеча с кувырком вперёд;
- защиты и контрприемы от приемов борьбы лежа.

Защиты от удержаний:
- от удержания сбоку;
- от удержания со стороны головы с захватом пояса;
- от удержания верхом захватом головы одной рукой;
- от удержания поперек с захватом дальней руки.

Защиты от бросков:
- зацеп изнутри;
- передняя подсечка;
- отхват;
- бросок через бедро.

Контратаки.

Изучение способов контратаки на примерах:
- опережением: бросок через бедро влево от броска через бедро вправо;
- блокированием: подъемом противника вверх от броска через бедро;
- использованием движения:
- передняя подсечка от броска через бедро.

***Тема 4. Теоретическая физическая подготовка.*** Приобретение необходимых знаний по теории и методики спортивной тренировки, на расширение познавательного интереса спортсмена и необходимого запаса знаний в данной области. Курс лекций.

***Тема 5. Психологическая спортивная подготовка.***

Решительности: проведение поединков с моделированием реальных ситуаций, которые могут встретиться в предстоящих соревнованиях; поединки с заданием и ограничением времени на его выполнение.

Настойчивости: освоение сложных, не удающихся для выполнения с первой попытки бросков, удержаний, болевых приёмов; поединки с односторонним сопротивлением. Освоить сложные двигательные действия из различных видов спорта, не удавшихся при выполнении с первой попытки, строгое соблюдение режима дня и тренировки (домашняя работа и учёт ее выполнения); своевременное выполнение обещаний, точность явки на тренировку.

Выдержки: проведение поединка с непривычным, неудобным противником. Не пить сырую воду после тренировки, не есть сладкого или солёного один день; задержка дыхания до 90 с; преодоление болевого рефлекса; преодоление усталости.

Смелости: поединки с более сильным противником (выполнение при этом

посильных задач – не позволить выиграть противнику чистым броском, продержаться до оценки за атакующее действие определённое время, выполнить атакующее действие на минимальную оценку).

***Тема 6. Учебно-соревновательные встречи.*** Проведение спаррингов, учебно-соревновательных встреч по итогам смены.

***Тема 7. Консультации.*** Индивидуальные учебно- методические консультации.

## 4. Календарный учебный график

Таблица 3. Продолжительность учебного года

| Этапы образовательного процесса | 1 группа | 2 группа | 3 группа | 4 группа |
|---|---|---|---|---|
| Начало учебного года | 29 декабря | | | |
| Продолжительность учебного года | 9 дней | | | |
| Продолжительность учебных занятий | 45 минут | | | |
| Вводная диагностика З, У, Н учащихся | 29 декабря | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Промежуточная диагностика усвоение учащимися программы | 03 января | | | |
| Итоговая аттестация и итоговая диагностика усвоения учащимися программы | 07 января | | | |
| Дополнительные элементы | - | | | |
| Открытое занятие | - | | | |
| Итоговое занятие | 07 января | | | |
| Родительское собрание | - | | | |
| Окончание учебных занятий | 08 января | | | |
| Летние каникулы | - | | | |

## 5. Условия реализации программы

### 5.1. Перечень оборудования, инструментов и материалов необходимых для реализации программы

Информация по необходимому оборудованию, инвентарю:

Таблица 4. Перечень оборудования, инструментов и материалов необходимых для реализации программы

| № п.п. | Наименование оборудования/инвентаря и т.п. | Ед. измерения | Количество |
|---|---|---|---|
| 1 | Брусья переменной высоты на гимнастическую стенку | шт. | 2 |
| 2 | Гири спортивные (6, 8, 16, 24, 32 кг) | комп. | 2 |
| 3 | Гонг | шт. | 1 |
| 4 | Доска информационная | шт. | 1 |
| 5 | Зеркало (2х3 м) | шт. | 1 |
| 6 | Игла для накачивания мячей | шт. | 5 |
| 7 | Канат для лазания | шт. | 2 |
| 8 | Канат для перетягивания | шт. | 1 |
| 9 | Ковер для самбо (11х11 м) | комп. | 1 |
| 10 | Кольца гимнастические | пар. | 1 |
| 11 | Кушетка массажная | шт. | 1 |
| 12 | Лонжа ручная | шт. | 1 |
| 13 | Макет автомата | шт. | 10 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 14 | Макет ножа | шт. | 10 |
| 15 | Макет пистолета | шт. | 10 |
| 16 | Манекены тренировочные высотой 120, 130, 140, 150, 160 см | комп. | 1 |
| 17 | Мат гимнастический | шт. | 10 |
| 18 | Мешок боксерский | шт. | 1 |
| 19 | Мяч баскетбольный | шт. | 2 |
| 20 | Мяч волейбольный | шт. | 2 |
| 21 | Мяч для регби | шт. | 2 |
| 22 | Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг) | комп. | 2 |
| 23 | Мяч футбольный | шт. | 2 |
| 24 | Насос универсальный (для накачивания мячей) | шт. | 1 |
| 25 | Палка деревянная (шест до 2 м, диаметр 4 см) | шт. | 10 |
| 26 | Перекладина переменной высоты на гимнастическую стенку (универсальная) | шт. | 2 |
| 27 | Резиновый амортизатор | шт. | 10 |
| 28 | Секундомер электронный | шт. | 3 |
| 29 | Скакалка гимнастическая | шт. | 20 |
| 30 | Скамейка гимнастическая | шт. | 4 |
| 31 | Стенка гимнастическая (секция) | шт. | 8 |
| 32 | Табло судейское электронное (телевизионная панель и ноутбук) | комп. | 1 |
| 33 | Тренажер кистевой фрикционный | шт. | 16 |
| 34 | Тренажер универсальный малогабаритный | шт. | 1 |
| 35 | Урна-плевательница | шт. | 2 |
| 36 | Штанга наборная тяжелоатлетическая | комп. | 1 |
| 37 | Электронные весы до 150 кг | шт. | 1 |

**5.2. Характеристика помещений**

Характеристики помещения отражены в Постановлении 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" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573).

Помещения не должны быть расположены в подвальных помещениях и на цокольных этажах. Температура в классах должна быть не ниже 16 градусов. Помещения должны быть обеспечены туалетами, умывальными для детей и раздевалками. Туалетные кабинки оснащаются мусорными ведрами, держателями для туалетной бумаги, сиденьями на унитазы. Умывальные раковины обеспечиваются мылом, электро- или бумажными полотенцами, ведрами для сбора мусора. Входы в здания оборудуются тамбурами или воздушно-тепловыми завесами. Используемое учебное оборудование должно быть выполнено из материалов, допускающих их влажную обработку моющими и дезинфекционными средствами.

Окна помещений оборудуются в зависимости от климатической зоны. Полы не должны иметь дефектов и повреждений, следов протекания и признаков поражений грибком, должны иметь отделку, допускающую влажную обработку и дезинфекцию.

Питьевой режим организуется посредством стационарных питьевых фонтанчиков и (или) выдачи детям воды, расфасованной в емкости промышленного производства (бутилированной).

Здания оборудуются системами отоплений и вентиляции в соответствии с требованиями. Освещение должно соответствовать гигиеническим нормам. Система общего освещения обеспечивается потолочными светильниками с разрядными, люминесцентными или светодиодными лампами со спектрами излучений: белый, тепло-белый, естественно-белый.

**5.3. Информационно-методические условия реализации программы**

Не предусматривается.

**5.4. Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы**

Не предусматривается.

**5.5. Реализация программы в сетевой форме**

Формат сетевого взаимодействия — действенное средство в поиске дополнительных ресурсов для решения новых задач, стоящих перед образовательными организациями. Крайне актуальным является вопрос укрепления стремления получению знаний, популяризация движения одаренных детей.

Исходя из практического опыта, традиционно в профильных школах Камчатского края сетевое взаимодействие с образовательными организациями сосредоточено, в основном, на проведении учебно-

тренировочных занятий с учащимися. В таком контексте понятие сетевого взаимодействия регламентируется ст. 15 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», где под сетевой формой реализации образовательных программ понимается организация обучения с использованием ресурсов нескольких организаций, осуществляющих образовательную деятельность. Юридически право проводить учебно- тренировочные занятия оформляется посредством заключения договора безвозмездного пользования нежилым помещением и, в некоторых случаях, договором о сотрудничестве.

С принятием Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) роль дополнительного образования существенно изменилась. Во ФГОС, наряду с требованиями к содержанию образования, в документе обозначены требования к условиям его осуществления, к обеспечению духовно- нравственного развития, воспитания, социальной самоидентификации. То есть к тем направлениям, которые можно реализовать посредством интеграции общего и дополнительного образования и организацию внеурочной деятельности.

Порядок реализации основных и общеобразовательных программ в сетевой форме представлен в утвержденных Министерством просвещения России Методических рекомендациях. Здесь сетевое взаимодействие рассматривается с точки зрения совместной реализации образовательных программ. В КГАУ ДО «Региональный центр «Восход» такое сотрудничество оформляется посредством заключения договора о сетевом взаимодействии, в котором, помимо реализации образовательных программ указаны и другие направления.

Как правило, профильные школы открыты для диалога и всегда рады возможности организовать совместную работу в рамках сетевого взаимодействия. Поиск возможных вариантов, совместных точек соприкосновения повышает эффективность решаемых в партнерстве задач и максимальной способствует реализации образовательных программ.

**5.6. Кадровое обеспечение**

Педагоги общего и дополнительного образования, имеющие среднее профессиональное или высшее образование без предъявления к стажу педагогической работы, а также педагоги высших учебных заведений, выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности.

Основные обязанности педагога:

– комплектует состав обучающихся группы и принимает меры по его сохранению в течении срока обучения;

– осуществляет реализацию дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы; обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения), исходя из психофизической целесообразности;

– обеспечивает соблюдение прав и свобод обучающихся; составляет планы и конспекты занятий, обеспечивает их выполнение, ведет установленную документацию и отчетность;

– выявляет творческие способности обучающихся, способствует их

развитию, формированию устойчивых профессиональных интересов и склонностей;

– поддерживает высокомотивированных и талантливых обучающихся; оказывает в пределах компетенции консультативную помощь родителям (лицам, их заменяющим), а также другим педагогическим работникам образовательного учреждения;

– выполняет правила и нормы охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты, обеспечивает охрану жизни и здоровья обучающихся в период образовательного процесса;

– проводит инструктаж обучающихся по безопасности на учебных занятиях с обязательной регистрацией в журнале регистрации инструктажа;

– систематически повышает уровень своего педагогического мастерства и уровень квалификации по специальности.

## 6. Список литературы


1. Приказ Минспорта России от 24 ноября 2022 г. N 1073 (далее – ФССП).
2. Чумаков Е.М. «Сто уроков самбо» под редакцией С.Н. Табакова – Изд.5 испр. и доп. –М. Физкультура и спорт 2002 г.
3. Гаткин Е.Я. Самбо для начинающих М.: Астрель, АСТ; 2001 г.
4. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980 г.
5. Методические рекомендации по организации спортивной подготовке в рф утв. Министерством РФ 12.05.2014 г. Издательство «Советский спорт» Москва 2014 г.
6. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать. - ООО «Издательство АСТ», 2003 г.
7. Нормативные и правовые основы организации спортивной подготовки РФ сборник документов и материалов-Изд. «Советский спорт» 2014 г.
8. Самбо: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков. М – Советский спорт, 2008.
9. Уроки самбо. Учись побеждать красиво. Техника бросков в стойке. / Гончаров А. В., Издание на 2 DVD, «Компания ПРАВИЛЬНОЕ КИНО», 2009.
10. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
11.

Приложение № 1

**Промежуточная аттестация.**

Соревнования 1 – «первенство группы» по борьбе в партере. Группа условно делится на три части: лёгкие, средние, тяжёлые занимающиеся. Борьба проходит по правилам самбо без болевых приёмов. Оцениваются по 10 бальной системе.

Приложение №2

**Итоговая аттестация.**

Соревнования 2 – «первенство группы». Все занимающиеся разделяются на условные весовые категории (чтобы разница была не больше 2 кг). Борьба проходит по правилам самбо, внутри категории по круговой или смешанной системе.