

Полное описание практики

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дзюдо / самбо» (далее – Программа).

Программа реализуется на базе МБОУ «Раздольненская СШ им. В.Н. Ролдугина» для обучающихся в возрасте от 7 до 17 лет.

Актуальность

Согласно распоряжению Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и план мероприятий по её реализации» и пункту 5 одним из приоритетных направлений является формирование здорового спортивного образа жизни обучающихся и привлечение детей для занятий физической культурой и спортом.

Ещё одним основополагающим документом является распоряжению Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. №3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года». Согласно данному документу приобщение детей, к систематическим занятиям спортом является необходимым условием формирования нового поколения российских граждан, которым предстоит ответить на вызовы современности, обеспечить устойчивое развитие страны в ситуации усиливающейся глобальной конкуренции во всех сферах жизнедеятельности.

В современном обществе безопасность играет ключевую роль, особенно для детей. Программа нацелена на формирование у детей навыков безопасного поведения в различных жизненных ситуациях. Особое внимание уделяется развитию физических качеств через занятия такими видами борьбы, как дзюдо и самбо, что способствует не только физической подготовке, но и формированию ответственного отношения к собственной безопасности и окружающих.

Новизна (инновационный характер)

Программа является интегрированной по нескольким направленностям, программа является социально-гуманитарной с физкультурно-спортивную составляющей и предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности, образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью - окружающей природной и социальной средой.

Программа интегрирует элементы физического воспитания и социально-гуманитарного образования, обеспечивая комплексный подход к формированию навыков безопасного поведения и самозащиты у детей разных возрастных групп.

Программа играет важную роль в формировании гармонично развитой личности, способствуя не только физическому, но и нравственному воспитанию детей. Занятия единоборствами помогают снизить уровень агрессии среди подростков, учат контролировать эмоции и конструктивно разрешать конфликты. Это также является профилактике девиантного поведения, так как систематические тренировки дисциплинируют, прививают уважение к себе и окружающим, а также формируют чувство ответственности.

Участие в соревнованиях и командных тренировках укрепляет социальные связи, учит взаимопомощи и поддержке, что положительно влияет на психологический климат в детских коллективах. Кроме того, вовлечение родителей в процесс (через открытые тренировки, соревнования) укрепляет семейные ценности и создает благоприятную среду для воспитания детей.

Таким образом, программа не только развивает физические способности, но и вносит значимый вклад в социальную адаптацию детей, помогая им стать уверенными, ответственными и гармоничными личностями.

Цель программы – сформировать у обучающихся знания и навыки в области личной безопасности и самозащиты, взаимодействия с окружающими, и развития физической культуры через занятия дзюдо и самбо.

Задачи:

Предметные:

- ознакомление с основами безопасности в повседневной жизни;
- обучение техникам самозащиты и приемам дзюдо и самбо.

Метапредметные:

- формирование критического мышления;
- развитие навыков работы в группе и коммуникации.

Личностные:

- формирование уверенности в себе;
- развитие ответственности за собственные действия.

Целевая аудитория

Программа нацелена на обучающихся в возрасте от 7 до 17 лет, интересующихся занятиями спортом. Программа рассчитана на 3 года.

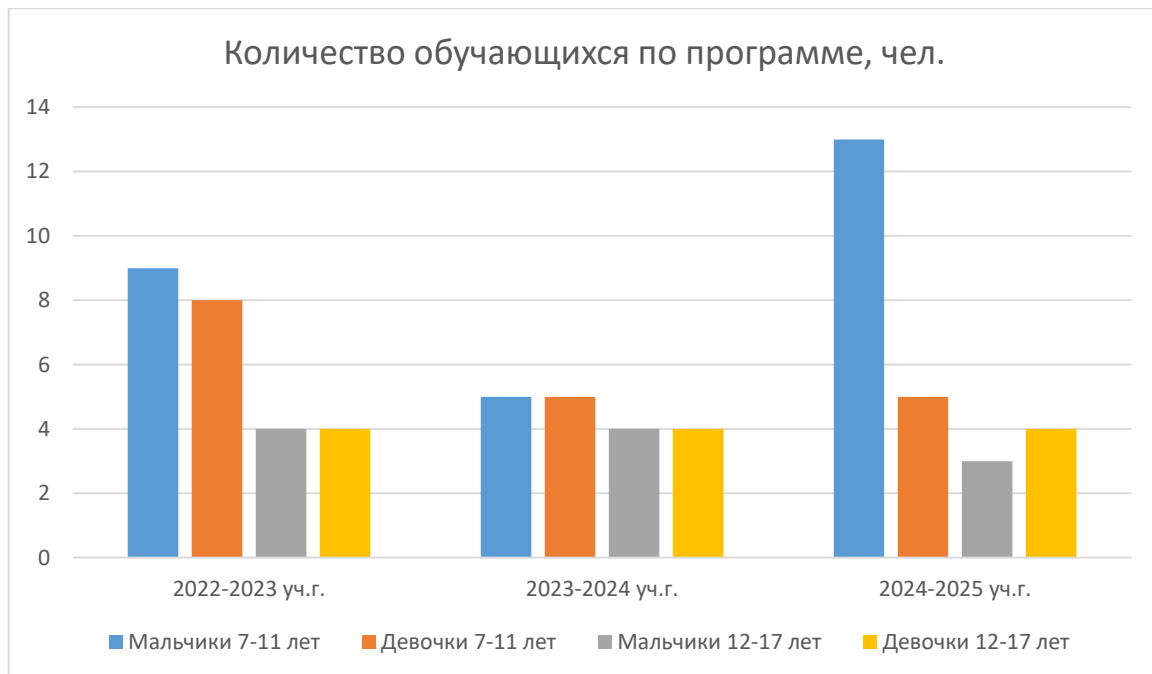
Средства и способы реализации

Программа является интегрированной и включает следующие разделы «Основы личной безопасности», «Правила поведения в разных ситуациях», «Основные техники и приемы», «Спарринги и соревнования», «Основы самозащиты».

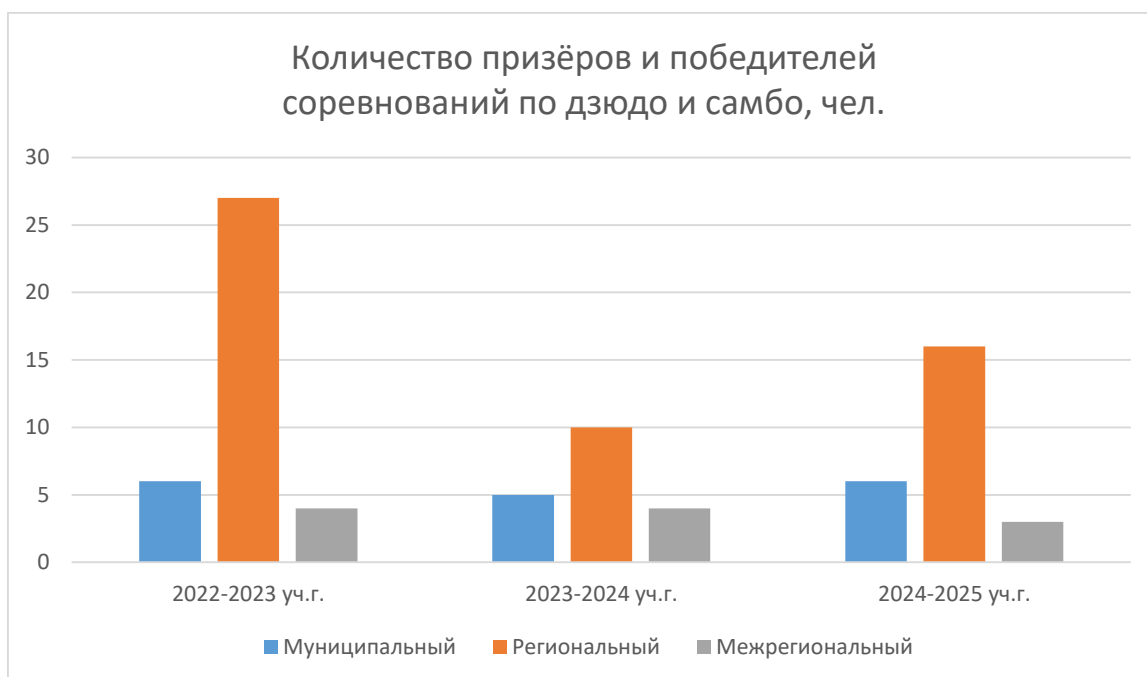
Программа позволяет повысить не только уровень физической подготовки, но и нравственному развитию обучающихся.

Результативность

- Программа реализуется с 2020 г.
- 68 участников (с 2022-2023 по 2024-2025 уч.г.) в возрасте от 7 до 17 лет, а также их родители и/или законные представители.



- С 2022-2023 по 2024-2025 уч.г. обучающиеся становились призёрами и победителями соревнований по дзюдо и самбо разных уровней.



- Лапина Кристина стала призёром на муниципальном этапе «Ученик года 2025» в номинации «Спортсмен года».
- Информация о достижениях участников программы публикуется в группе Вконтакте образовательной организации МБОУ «Раздольненская СШ им. В.Н. Ролдугина».

Цифровые следы:

1. https://vk.com/wall-217383080_3901
2. https://vk.com/wall-217383080_3525
3. https://vk.com/wall-217383080_3349
4. https://vk.com/wall-217383080_3311
5. https://vk.com/wall-217383080_3014
6. https://vk.com/wall-217383080_2959
7. https://vk.com/wall-217383080_1002
8. https://vk.com/wall-217383080_897
9. https://vk.com/wall-217383080_432
10. https://vk.com/wall-217383080_378