

Департамент образования мэрии города Новосибирска
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
города Новосибирска «Детский морской центр «Флагман»

РАССМОТРЕНА
Педагогический Совет
МБУДО «ДМЦ «Флагман»
Протокол № 4 от 31.05.2023г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «ДМЦ «Флагман»
Г.Н. Шипицина
Приказ № 75-од от 31.05.2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности

«Вовинам Вьет Во Дао. Начальная подготовка»

стартовый уровень

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-разработчик программы:

Дмитренко Павел Владимирович,

педагог дополнительного образования

высшей квалификационной категории

г. Новосибирск, 2023 г.

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом Совете учреждения.

Зам. директора по УВР



Н.А. Костюченко

31 мая 2023 г.

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи	12
1.3.	Учебный план. Содержание образовательной программы	13
1.4.	Планируемые результаты	17

Раздел 2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1.	Календарный учебный график	18
2.2.	Условия реализации программы	18
2.3.	Формы аттестации	19
2.4.	Оценочные материалы	19
2.5.	Методические материалы	21
2.6.	Рабочая программа воспитания	25
2.7.	Календарный график воспитательной работы	30

Раздел 3. Список литературы

3.1.	Нормативные документы	30
3.2.	Литература для педагога	32
3.3.	Литература для обучающихся	33

Раздел 4. Приложения

4.1.	Календарный учебный график	34
4.2.	Перечень оборудования и материалов	34
4.3.	Контрольно-измерительные материалы	34
4.4.	Перечень дидактических материалов	37

Раздел 1

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Движение является естественной физиологической потребностью ребенка. Малоподвижный образ жизни становится привычкой не только для взрослых, но и для детей. Достаточная физическая активность положительно сказывается на интеллектуальном и психическом развитии ребенка. Двигательная активность зависит не только от темперамента, состояния здоровья, настроения ребенка, но и от личного примера взрослых и намерения приобщать его к активному образу жизни. Работа с детьми в возрасте 5-7 лет ведется с учетом возрастных особенностей, характерных для данного возраста, направлена на физическое и личностное развитие. Общефизическая подготовка, направленная на развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости. Надо отметить, что этот компонент важен не только для подготовки к поединкам, но и для общего оздоровления организма, а также закаливания духа, формирования у учащихся умения противостоять любым жизненным трудностям.

Актуальность программы обусловлена тем, что современное общество ведет малоподвижный образ жизни и это негативно отражается на здоровье подрастающего поколения. Программа дает возможность детям, начиная с 5-летнего возраста приобщаться к занятиям физической культурой и спортом. Дети нуждаются в эмоциональной и физической разрядке, которую как нельзя лучше могут обеспечить спортивно-оздоровительные занятия.

Новизна программы заключается в том, что она способствует совершенствованию организационных основ и педагогических условий инновационных компонентов физического воспитания, развития и внедрения в практику новых, нетрадиционных видов спорта.

Преимущество программы заключается в использовании поясной системы самой школы Вовинам Вьет Во Дао, которая предусматривает

разделение содержания программы на уровни, что позволяет легче её освоить. Материал даётся определёнными частями, осваивается и сдаётся на экзамене, что позволяет в более короткий срок достичь высоких результатов обучения.

Отличительная особенность программы заключается в развитии как физических возможностей обучающихся, так и духовных, а также формирование активной жизненной позиции путём физического и морального совершенствования. Общее физическое развитие осуществляется в разностороннем совершенствовании двигательных способностей, оказывающих воздействие на координационные механизмы. Развитие морально-волевых и духовных качеств у обучающихся осуществляется по трём направлениям:

1. Повышение уровня физической подготовки и совершенствование техники боевого искусства.
2. Расширение кругозора.
3. Закалка духа, чтобы владеть собой в любых обстоятельствах.

Несмотря на то, что дети этого возраста активны, полны энтузиазма и сил, их энергия имеет свойство быстро и неожиданно исчезать. Дети этого возраста склонны к двум крайностям: они доходят до предела, как в играх, так и в усталости. Поэтому желательно не допускать таких изматывающих состояний, все должно быть в меру. Избыточная физическая активность приводит к повышенной возбудимости нервной системы ребенка. Необходимо чередовать подвижные игры со спокойными занятиями. Также важно знать, что утомляемость у детей проходит гораздо быстрее, чем у взрослых. Им достаточно 10-15 минут, чтобы восстановить свои силы, спокойно посидеть, перекусить и с новыми силами окунуться в жизнь.

Быстрая утомляемость ребенка объясняется особенностями сердечно-сосудистой системы у детей. Скорость кровообращения у них выше, чем у взрослых. Это связано с тем, что сосуды у детей шире, объем крови относительно массы, тела больше, круг движения крови короче - все это

приводит к легкому нарушению сердечных ритмов, особенно во время продолжительных физических нагрузок.

В возрасте 5-7 лет у детей идет активное формирование опорно-двигательного аппарата.

У ребенка идет процесс окостенения хрящевой ткани. Его кости пока что гибкие и эластичные, связки и мышцы еще слабо развиты. Он достаточно легко может получить травму конечностей. Физические нагрузки должны быть направлены на общее развитие организма ребенка.

Необходимо следить за осанкой ребенка. Специалисты говорят о том, что предрасположенность к сколиозу и другим заболеваниям позвоночника зарождаются в дошкольный период, когда родители не слишком обращают внимание на эту проблему.

Следует заботиться о полноценном питании ребенка. В его рационе должно быть достаточное количество строительного материала - белков животного и растительного происхождения, а также витаминов и минеральных веществ (в особенности кальция и магния - для укрепления костной ткани).

Сила нервных процессов в этом возрастном периоде еще недостаточно развита. При этом процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Дети в этом возрасте отличаются неусидчивостью, повышенной возбудимостью, невнимательностью. Они с трудом выполняют однообразные задания. Их движения нередко спонтанны, хаотичны, нерациональны. На выполнение какого-нибудь задания они затрачивают много энергии, потому что одновременно задействуют разные группы мышц.

Надо учитывать легкую возбудимость дошкольников, очень осторожно относиться к ним: не давать длительных непосильных нагрузок, избегать чрезмерного утомления, так как процессы возбуждения в этом возрасте преобладают над процессами торможения.

Адресат модуля для дошкольников

Образовательная программа рассчитана на работу с детьми от 5 до 7 лет, имеющих медицинский допуск для занятий.

Возрастные особенности детей, которым адресована программа

В дошкольный период закладывается фундамент здоровья и полноценного физического развития. Многочисленные научно-практические исследования выявили тесную взаимосвязь между показателями физического развития, развития двигательной сферы и функциональными возможностями организма ребенка. При исследовании физической подготовленности, как правило, авторы выделяют две основные составляющие: уровень функциональных возможностей основных систем энергообеспечения; уровень развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости).

Для детей дошкольного возраста характерны недостаточная устойчивость тела и ограниченные двигательные возможности. У них быстро развивается нервная система, растет скелет, укрепляется мышечная система, и совершенствуются движения.

Структура легочной ткани еще не достигает полного развития; носовые ходы, трахея и бронхи сравнительно узки, что несколько затрудняет поступление воздуха в легкие; ребра незначительно наклонены, диафрагма расположена высоко, в связи с чем, амплитуда дыхательных движений невелика. Ребенок дышит поверхностно и значительно чаще, чем взрослый: у детей 5-6 лет частота дыхания - 25 в минуту, у взрослых - 16-18. Неглубокое дыхание у детей ведет к сравнительно плохой вентиляции легких и к некоторому застою воздуха, а растущий организм требует повышенной доставки кислорода к тканям. Именно поэтому особенно важны физические упражнения, активизирующие процессы газообмена. Жизненная емкость легких у детей 5-6 лет составляет 800-900 см³.

Деятельность сердечно-сосудистой системы у дошкольников хорошо приспособлена к требованиям растущего организма, а повышенная потребность тканей в снабжении кровью удовлетворяется легко. Ведь сосуды у детей шире, чем у взрослых, и кровь по ним течет свободнее. Количество

крови у ребенка относительно больше, чем у взрослого, но путь, который она должна проходить по сосудам, короче, а скорость кровообращения больше. Так, например, если пульс у взрослого равен 70-74 ударам в минуту, то у дошкольников в среднем 90-100 ударам. Нервная регуляция сердца несовершенна, поэтому оно быстро возбуждается, ритмичность его сокращений легко нарушается, и сердечная мышца при физической нагрузке довольно быстро утомляется. Однако при смене деятельности сердце ребенка быстро успокаивается и восстанавливает свои силы. Вот почему во время занятий с детьми физические упражнения нужно разнообразить: чередовать подвижные игры с играми малой двигательной активности и часто давать ребенку кратковременный отдых.

К 5 годам движения детей становятся более координированными: они осваивают прыжки, перепрыгивание через препятствия, ловлю мяча.

У дошкольников **от 5 до 7 лет** станова́я сила увеличивается вдвое: у мальчиков она возрастает с 25 до 52 килограмм, у девочек с 20,4 до 43 килограмм. Улучшаются показатели быстроты. Время бега на 10 метров с хода сокращается у мальчиков с 2,5 до 2,0 секунд, у девочек с 2,6 до 2,2 секунд. Изменяются показатели общей выносливости. Величина дистанции, которую преодолевают мальчики возрастает с 602,3 метра до 884,3 метра, девочки с 454 метра до 715,3 метра.

У 6-летних появляется легкость, бег становится ритмичным, уменьшаются боковые раскачивания; они прыгают в высоту, длину, через препятствия, осваивают метание мяча в цель; начинает развиваться глазомер. У детей старшего дошкольного возраста постепенно доводятся до автоматизма основные движения в ходьбе и беге, улучшается согласованность движений, заметно повышается способность к ручному труду. Благодаря большей устойчивости тела ребенку становятся доступнее простейшие упражнения в равновесии, беге на ловкость. Дети становятся значительно выносливее, однако им нужно чаще менять исходные положения и разнообразить движения. Их деятельность в этом возрасте постепенно

наполняется содержанием и становится более сознательной.

Для того, чтобы обеспечить максимальное физическое развитие каждого ребенка, необходим подбор адекватных средств и методов обучения, творческая направленность педагогического процесса.

Хорошо подобранная и правильно руководимая, игра является средством воспитания детей дошкольного возраста. Сила воздействия игры на всестороннее развитие ребенка заключается в эмоциональном возбуждении, интересе и увлечении, которые переживает ребенок во время игры, он способен приложить много усилий и быть очень исполнительным.

Игра выполняет важные социальные функции, поскольку в ней ребенок ощущает себя одновременно личностью и членом коллектива. Таким образом, игра является средством социализации ребенка. Игра для ребенка то же, что речь для взрослого.

Играя, он обретает пространство – физическое, эмоциональное, социальное.

Ни при каком другом способе физических упражнений цель эта не достигается так полно и верно, как, например, при подвижных играх. Игра невозможна без общения, которое является ее основным энергетическим источником. *Игра побуждает ребенка к самопознанию: могу ли я?* Дети интуитивно прибегают к игре как психотерапевтическому средству для снятия страхов, стрессовых ситуаций, эмоциональных и интеллектуальных напряжений, подвижная игра оказывает, прежде всего, физическое воздействие: она требует, чтобы организм выполнял ряд физиологически важных движений, и, таким образом, в значительной степени способствует правильному росту и развитию.

У детей в этом возрасте процесс образования костей не завершен, несмотря на то, что кровоснабжение у них лучше, чем у взрослых. В скелете много хрящевой ткани, благодаря чему возможен дальнейший его рост; в то же время этим обуславливается мягкость и податливость костей.

Рост мышечной ткани происходит в основном за счет утолщения

мышечных волокон. Однако из-за относительной слабости костно-мышечного аппарата и быстрой утомляемости дошкольники еще не способны к длительному мышечному напряжению.

Уровень физического развития детей старшего дошкольного возраста таков, что они могут долго бегать, прыгать без большого утомления, выполнять более сложные физкультурные упражнения. Развитие нижних конечностей отчетливо проявляется и в способности детей старшего дошкольного возраста к разным прыжкам: они могут прыгать в высоту, в длину, с места и с разбега (на 60-100 см), сверху вниз и выполнять многие другие разнообразные движения. Заметно совершенствуется рука, производя разнообразные, заранее обусловленные движения, например, с мячом. Дети могут бросать его двумя и одной рукой в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния в 4-5 м), набрасывать кольца на палочки, перекидывать мяч через сетку и т. д. Дети с увлечением играют в разные игры с мячом.

Координация, ловкость и точность движений детей быстро возрастает особенно в условиях планомерной работы воспитателя над их общим физическим развитием. Упражнение ребенка в лазанье, беге, прыжках, сохранении равновесия, в ходьбе по шведской скамейке, в метании мяча и других видах действий делает движения детей не только более многообразными, но и легкими, точными, плавными, четкими, красивыми.

Период детства наиболее важный в становлении двигательных функций ребенка, особенно его физических качеств. Поэтому необходима система контроля за физическим развитием, физической подготовленностью и работоспособностью ребенка.

В процессе физического воспитания детей дошкольного возраста необходимо решать образовательные задачи: формирование двигательных навыков и умений, развитие двигательных и физических качеств, привитие навыков правильной осанки, навыков гигиены, освоение специальных знаний.

Цель учебных занятий сводится к усвоению нового материала. На тренировочных занятиях идет не только изучение нового материала,

закрепление пройденного, но и уделяется внимание общей и специальной работоспособности.

Контрольные занятия применяются в конце прохождения определенного раздела Программы. На таких занятиях проводится тестирование, что позволяет наглядно представить качество проведенной работы.

Объем и сроки освоения программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения программы - 144 часа.

Первый год обучения - 72 часа в год.

Второй год обучения - 72 часа в год.

Формы обучения и виды занятий

В образовательном процессе особое внимание уделяется созданию комфортного, неформального характера психологической атмосферы, нерегламентированной обязательствами и стандартами. Занятия проводятся с детьми групповым и индивидуальным методами обучения. Отличительной особенностью занятий с детьми данного возраста является разностороннее воздействие на организм, при котором успешно решаются задачи общего физического развития, разностороннего совершенствования двигательных способностей, оказывается воздействие на координационные механизмы. Содержание модуля для дошкольников направлено на развитие ребенка через общие физические упражнения. Важно организовать разумный двигательный режим, насытить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями. Заметив перевозбуждение ребенка, необходимо переключить его внимание на более спокойное занятие. Это поможет ребенку восстановить силы и успокоиться.

Занятия проводятся в различных формах: тренировочные занятия; аттестации; показательные выступления; игры. На каждой тренировке применяются игровые приемы.

Режим занятий

Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность одного занятия - 30 минут.

1.2. Цель и задачи

Цель: обеспечение разностороннего спортивно-оздоровительного развития и укрепления здоровья учащихся.

Задачи:

Предметные (образовательные):

- обучить простейшим элементам единоборства Вовинам Вьет Во Дао;
- обучить правилам техники безопасности на занятиях и строевым упражнениям.

Метапредметные:

- укрепить физическое здоровье, развить физические качества (силу, быстроту, ловкость);
- развить личностные качества: самостоятельность, активность, целеустремленность и др.;
- привитие навыков личной гигиены.

Личностные:

- формирование у детей и подростков ценностного отношения к здоровому образу жизни и потребности к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- воспитание морально-волевых качеств;
- профилактика девиантного поведения и вредных привычек.

В работе с юными спортсменами очень важно привить устойчивый интерес к занятиям спортом, сформировать установку на тренировочную деятельность, на достижение результатов, сформировать адекватную самооценку, преодолеть чувство беспокойства и тревоги. Воспитание таких свойств личности, как нравственные и волевые качества, происходят на протяжении всего учебно-тренировочного процесса: воспитание

нравственных качеств – уважения к людям, честности, вежливости, доброты, взаимопомощи; воспитание патриотизма, любви к Родине, чувства коллективизма; воспитание дисциплинированности и трудолюбия; воспитание волевых качеств – целеустремленности, настойчивости, смелости, решительности, самообладания, воли к победе.

1.3. Учебный план. Содержание образовательной программы

В данной программе представлены модель построения системы начальной подготовки, планы построения тренировочного процесса по годам обучения.

Учебный план строится из расчета 36 недель в условиях спортивной базы образовательного учреждения.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами подготовки.

Учебно-тематический план. Содержание I-го года обучения

№ п/п	Раздел темы	Часы			Содержание
		теория	практика	всего	
I	Вводное занятие. Техника безопасности	1		1	Техника безопасности на занятиях. Техника безопасности при работе в парах
II	Комплексная разминка суставов	0,5	0,5	1	Роль разминки в жизни спортсмена. Алгоритм выполнения упражнений для разминки суставов. Комплекс упражнений
III	Виды бега	3	9	12	Исходное положение: руки согнуть в локтях перед грудью, ступни вместе, на носках: а) смена ног вперед-назад и в стороны; б) смена ног в стороны; в) смена ног в скрученную позицию; г) захлест голени до касания пятками бедра; д) бег с высоким выносом колен
IV	Общая физическая подготовка	3	9	12	Физическая подготовка и здоровье ребенка. Основные функции мышечной системы человека. Комплексы упражнений для развития и укрепления мышц. Техника дыхания при выполнении упражнений на развитие и укрепление мышц. Правильность выполнения упражнений комплексов.
1	Развитие мышц	0,5	2	2,5	
2	Упражнения для развития мышц спины	0,5	1,5	2	
3	Упражнения для развития мышц живота	0,5	1,5	2	
4	Упражнения для развития мышц ног	0,5	1,5	2	
5	Упражнения для развития мышц рук	0,5	1,5	2	
6	Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса	0,5	1,5	2	
V	Подвижные игры и эстафеты	3	12	15	Игра, как средство физического развития ребенка. Игра, как средство сплочения команды. Игра, как средство развития самоконтроля. Правила поведения во время игр. Развивающие подвижные игры.
1	Игры на развитие скоростных качеств	0,5	2	2,5	
2	Игры на развитие координации	0,5	2	2,5	
3	Игры на развитие произвольности	0,5	2	2,5	

4	Эстафеты с передачей эстафетной палочки	0,5	2	2,5	
5	Эстафеты с прыжками	0,5	2	2,5	
6	Эстафеты с передачей предметов друг другу	0,5	2	2,5	
VI	Гибкость и растяжка	5	18	23	Понятия гибкость, растяжка. Важность гибкости и растяжки для занятий физической культурой и в повседневной жизни. Комплексы упражнений для развития гибкости. Специальные упражнения.
1	Комплекс упражнений для растяжки в положении сидя	0,5	2	2,5	
2	Комплекс упражнений для растяжки в положении стоя	0,5	2	2,5	
3	Комплекс упражнений в парах	0,5	2	2,5	
4	Махи ногой прямо у опоры, в бок, назад	0,5	2	2,5	
5	Махи ногами без опоры с места	0,5	2	2,5	
6	Изучение упражнения «Мостик»	0,5	2	2,5	
7	Упражнение «Кошка»	0,5	2	2,5	
8	Упражнение «Коробочка»	0,5	2	2,5	
9	Упражнения шпагат «Веревочка»	0,5	1	1,5	
10	Упражнения продольный шпагат	0,5	1	1,5	
УП	Техники падения	1,5	6	7,5	Понятия «мягкое падение», «жесткое падение». Кувырки вперед и назад. Техника выполнения падений и кувырков.
	ИТОГО	16,5	55,5	72	

Учебно-тематический план. Содержание II-го года обучения

№ п/п	Раздел темы	Часы			
		теория	практика	всего	
I	Физическая подготовка	1,5	6,5	8	Физическая подготовка и здоровье ребенка. Основные функции мышечной системы человека. Комплексы упражнений для развития и укрепления мышц. Техника дыхания при выполнении упражнений на развитие и укрепление мышц. Правильность выполнения упражнений комплексов.

1	5 видов бега, комплекс растяжек	0,5	1	1,5	
2	Махи прямыми ногами	0,5	1	1,5	
3	Отжимание от пола	0,5	1	1,5	
4	Упражнения на развитие мышц	0,5	1	1,5	
II	Основная часть	2	6	8	
1	Разминочные упражнения и упражнения на расслабление	0,5	2,5	3	
2	Комплекс базовых техник	0,5	2,5	3	
3	Передвижения в стойках	0,5	2,5	3	
III	Подвижные игры, эстафеты	2	8	10	Игра, как средство физического развития ребенка. Игра, как средство сплочения команды. Игра, как средство развития самоконтроля. Правила поведения во время игр. Развивающие подвижные игры.
1	Самый быстрый и ловкий	0,5	2	2,5	
2	Передача эстафетной палочки	0,5	1,5	2	
3	Игра Паучок	0,5	1,5	2	
IV	Комплекс упражнений для развития гибкости	2	7	9	Понятия гибкость, растяжка. Важность гибкости и растяжки для занятий физической культурой и в повседневной жизни. Комплексы упражнений для развития гибкости. Специальные упражнения
1	Основные растяжки в паре сидя	0,5	1	1,5	
2	Комплекс упражнений стоя	0,5	1	1,5	
3	Комбинированные упражнения сидя и стоя	0,5	0,5	1	
4	Упражнения Бабочка	0,5	0,5	1	
5	Упражнения уголок	0,5	1	1,5	
6	Шпагат Веребочка	0,5	1	1,5	
V	Специальная физическая подготовка	0,5	3,5	4	Понятия «четкость», «скорость», «защита». Передвижение в низких стойках, чувство партнера, дистанции. Ознакомление с техниками передвижений, ударов, защиты.
1	Изучение стоек, блоков, ударов	0,5	1,5	2	
2	Совершенствование техник передвижений	0,5	1	1,5	
	ИТОГО	17	55	72	

1.4. Планируемые результаты

Общие результаты реализации программы. Реализуемая программа предполагает достижение комплексного результата: учебного (знания, умения, навыки по Вовинам Вьет Во Дао) и личностного (определённых свойств и качеств личности, позволяющих ребенку достигнуть запланированных рубежей, успешно взаимодействовать в социуме). Измерение результатов обученности, развития и воспитания происходит на практических занятиях, по результатам соревнований и аттестаций.

Предметные (образовательные):

1. знание истории развития Вовинам Вьет Во Дао;
2. знание основ философии и психологии спортивных единоборств;
3. знание основ спортивной подготовки и тренировочного процесса;
4. овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений, основами техники подвижных игр;
5. рост физического и духовного совершенства учащихся;
6. повышение уровня выносливости, скорости реакции, маневренности;
7. появление желания жить в понимании с окружающим миром.

Метапредметные:

1. наличие духовных и моральных качеств обучающихся на основе этики Вовинам Вьет Во Дао;
2. стойкий интерес к занятиям единоборством;
3. трудолюбие.

Личностные:

1. наличие мотивации работать над собой, стараясь стать не лучше других, а лучше самого себя;
2. умение не зазнаваться при успехе, не унывать при поражении;
3. наличие мотивации быть скромным и в то же время уверенным в себе.

Результаты 1-го года обучения:

1. Овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений.
2. Овладение основами техники подвижных игр.
3. Повышение уровня выносливости, силы воли и сдержанности.

Результаты 2-го года обучения:

1. Овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений.
2. Стойкий интерес к занятиям единоборством.
3. Развитие маневренности и реакции.
4. Воспитывается желание работать над собой, трудолюбие.

Раздел 2

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Календарный учебный график

Календарный учебно-тематический план составляется в начале учебного года.

Для каждой группы разрабатывается индивидуальный маршрут освоения программы с учетом календарного учебного графика (Приложение 1).

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

- Спортивный зал , соответствующий требованиям санитарных норм и правил, установленных СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41.;

- спортивное оборудование,

- учебная литература.

2.3. Формы аттестации

Виды контроля предметных (программных) знаний, умений и навыков обучающихся проводится в следующих формах:

- *начальный контроль* – в начале освоения программы с 15 по 25 сентября;
- *промежуточная аттестация* – с 11 по 31 января;
- *итоговая аттестация* – в конце освоения программы с 10 по 31 мая.

2.4. Оценочные материалы

Для оценки степени обученности и диагностики воспитанности качеств личности учащихся используется технология, предложенная В.П. Симоновым (Приложение 3).

Основные уровни, характеризующие процесс обучения:

- первый уровень: *информационный* - формирует знания;
- второй уровень: *репродуктивный* - формирует простейшие умения;
- третий: *творческий* - формирует сложные умения и навыки.

Применение десятибалльной шкалы позволяет:

- Более эффективно использовать все многообразие возможных оценочных суждений как фактора стимуляции и положительной мотивации учащихся к учебно-познавательной деятельности.
- Прийти к более или менее единому уровню требований при оценке степени обученности во всех учебных заведениях.
- Преодолеть синдром боязни отрицательных оценочных суждений и соответствующих отрицательных баллов типа «1» и «2», т.к. в данной шкале они все являются положительными и их надо определенным образом «заработать».
- Создать «слабым» и «трудным» обучающимся более комфортные условия пребывания в учебных заведениях.
- Научно определить и проверить на практике возможность неформального подхода вначале к оценке качества обучения, а затем и

качества образования в целом, на основе математически - обоснованной и более доказательной десятибалльной шкале.

- Ликвидировать необоснованные притязания обучающихся и родителей к оценке обученности их детей на основе простой и понятной им методики оценивания.
- Определить и обосновать пять последовательных категорий (показателей) понятия и критерия «качество образования».

Качество обучения десятибалльной шкалы характеризуется по пяти его показателям:

- *высокое качество (ВК)* – это «перенос» ЗУН в практику,
- *хорошее качество (ХК)* – «элементарные умения и навыки»,
- *среднее (СК)* – «понимание»,
- *низкое (НК)* - «запоминание»
- *плохое качество (ПК)*– «узнавание» (различение, распознавание).

Всё это также можно представить в виде следующей цепочки:

- *узнавание* (демонстрация степени знакомства с пройденным материалом)
- *запоминание* (предъявление количества усвоенной информации)
- *понимание* (осознанное воспроизведение усвоенных знаний)
- *элементарные умения и навыки* (репродуктивный уровень – применение теории на практике в простейших, алгоритмизированных ситуациях, в выполнении практических работ по шаблону, образцу)
- *перенос* (творческий уровень реализации полученных знаний на практике в новой, незнакомой, нестандартной ситуации).

Последовательность обработки информации

- Баллы выставляются в журнале.
- Общие выводы используются для заполнения анализа работы педагога за год.

2.5. Методические материалы

1. Занятия проходят в форме бесед, показа (приёмов, упражнений), повторения (приёмов, упражнений), используются различные соревновательные задания, спортивные состязания.
2. Формы организации занятий: групповые, индивидуальные
3. Методы, используемые на занятиях: повторный, соревновательный, игровой.

Методы обучения, используемые на занятиях, носят комплексный характер:

Практический (разучивание упражнений по частям и в целом, строго и частично регламентированные упражнения). Словесный (объяснение, описание, разбор). Наглядный (показ, использование спортивного инвентаря, демонстрация медиа материалов). Методы развития силовых способностей:

1. Метод неопредельных усилий характеризуется использованием неопредельных отягощений с предельным числом повторений. В зависимости от величины отягощения и направленности развития силовых способностей используют определенное количество повторений от 8-10 до 100. По мере утомления степень мышечных усилий к концу выполнения упражнения должна приближаться к максимальной.

2. Метод динамических усилий характеризуется созданием максимального силового напряжения посредством работы с неопредельным отягощением с максимальной скоростью. Этот метод применяется для развития быстрой силы, т.е. способности к проявлению большой силы в условиях быстрых движений.

3. «Ударный» метод предусматривает выполнение специальных упражнений с мгновенным преодолением ударно-воздействующего отягощения. Например, спрыгивание с возвышения с последующим мгновенным выпрыгиванием вверх или прыжком в длину.

4. Метод круговой тренировки обеспечивает комплексное воздействие на различные мышечные группы. Упражнения с использованием непрерывных

отягощений выполняются по станциям и подбираются таким образом, чтобы каждое последующее силовое упражнение включало в работу новую группу мышц.

5. Игровой метод предусматривает развитие силовых способностей в игровой деятельности, при которой различные игровые ситуации вынуждают менять режимы напряжения различных мышечных групп на фоне нарастающего утомления организма.

Методы развития быстроты

1) Повторный метод, являющийся основой в воспитании быстроты, т.к. любое упражнение на быстроту требует многократного повторения.

Разновидности повторного метода: повторное выполнение упражнений с около предельной и предельной быстротой; повторное выполнение упражнений в облегченных условиях; повторное выполнение упражнений в затрудненных условиях.

2) Метод ускорений характеризуется выполнением упражнения с нарастающей быстротой, доходящей до максимально возможной.

3) Переменный метод предусматривает чередование наращивания скорости, поддержания ее и замедления при выполнении упражнения.

4) Игровой метод – в виде различных эстафет, подвижных и спортивных игр.

5) Соревновательный метод создает оптимальные условия для проявления максимальной быстроты в тех движениях, в которых уже сформирован хороший двигательный навык их выполнения.

Методы развития специальной выносливости

1) Интервальный метод предусматривает выполнение упражнений со стандартной и с переменной нагрузкой и с дозированными интервалами отдыха (1-3 минуты, иногда 15-30 секунд). Тренирующее воздействие происходит не только и не столько в момент выполнения, сколько в период отдыха.

2) Повторный метод.

3) Игровой метод.

Методы воспитания общей выносливости

1) Равномерный метод характеризуется непрерывным длительным режимом работы с равномерной скоростью или усилиями.

2) Переменный метод отличается последовательным варьированием нагрузки в ходе непрерывного упражнения.

3) Метод круговой тренировки.

4) Соревновательный метод

5) Игровой метод.

Методы развития гибкости

1) Повторный.

2) Соревновательный.

Для развития координационных способностей используются следующие методы:

1) Повторный (метод стандартно-повторного упражнения) – т.к. овладеть сложными двигательными действиями можно только после большого количества повторений их в относительно стандартных условиях.

2) Метод вариативного упражнения – выполнение действий, приемов в различных условиях, например, с различной скоростью, силой, из разных исходных положений (стоя, сидя, лежа, в приседе), в различных направлениях, «зеркальное» выполнение упражнений, после воздействия на вестибулярный аппарат (вращений, кувырков), исключение зрительного контроля.

3) Игровой метод.

Методы психологической подготовки

Методы: убеждение, беседы, наглядный пример педагога, мастеров самбо, поощрение, наказание, практические приучения (суть: постоянно и настойчиво упражнять занимающихся в дисциплинированном, культурном поведении, в точном соблюдении этикета, традиций, спортивных правил, пока эти нормы не станут привычными), метод постепенного усложнения задач.

Формы организации учебного занятия. Фронтальная форма характеризуется выполнением всем составом группы одного и того же задания в том или ином построении.

Этот метод используется во всех частях занятия при выполнении несложных общеразвивающих и акробатических упражнений, базовой техники. Разновидностью фронтального способа является сменный способ при выполнении упражнений с партнером (парные упражнения), когда половина занимающихся помогает другой половине при растяжке или наработке ударов по лапам. После выполнения задания вторая половина оказывает помощь первой.

Важное условие – такое расположение учеников, чтобы они не мешали друг другу, все видели педагога, а он, в свою очередь – учеников.

1. Групповая форма предусматривает одновременное выполнение в нескольких подгруппах (группах) разных заданий преподавателя. Разделение занимающихся на подгруппы и определение содержания заданий осуществляются с учетом пола, уровня подготовленности, ростовых и весовых показателей. В каждой подгруппе занимающиеся могут выполнять упражнения одновременно (фронтально), либо друг с другом, т.е. поточно, например, при работе на снарядах.

2. Индивидуальная форма заключается в том, что ученикам предлагаются индивидуальные задания, которые выполняются самостоятельно. Индивидуальные задания предназначены для занимающихся, значительно отличающихся от основного состава группы по своей подготовленности, особенностям и способностям.

3. Круговая форма предусматривает последовательное выполнение занимающимися серии заданий (упражнений) на специально подготовленных местах («станциях»).

Упражнения на гибкость рекомендуется включать в небольшом количестве в утреннюю гигиеническую гимнастику, а также в разминку и основную часть занятия, сочетая их с упражнениями на силу и расслабление.

Педагогические технологии - группового обучения, разноуровневого обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, коллективной творческой деятельности.

2.6. Рабочая программа воспитания

Спортивная деятельность обладает очень большими воспитательными возможностями. Она моделирует в игровом, а значит, в несколько условном виде самые сложные жизненные ситуации и поэтому содержит в себе в потенциальном виде возможность решения любых воспитательных задач.

Как показывает спортивная практика, с первых дней в работе с новичками тренер должен серьёзное внимание уделять вопросам нравственного воспитания.

Сущность и структура воспитательного процесса.

Воспитание является процессом целенаправленным, планомерным, систематическим и непрерывно осуществляемым для всестороннего развития личности ребёнка. Этот процесс должен строиться на чёткой профессиональной основе.

Компоненты воспитательной работы:

- цель воспитания и конкретные воспитательные задачи, обеспечивающие достижение цели;
- знание и учёт возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;
- владение всеми методами воспитания и широким арсеналом методических приёмов;
- выбор места и средства педагогического воздействия, организационных форм и характера общения.

Задачи и содержание воспитательной работы.

Воспитательная работа с детьми подчинена в целом общей конечной цели: воспитанию гармонично развитого человека, активной и сознательной

личности, обладающей духовным богатством, моральной чистотой и физическим совершенством.

Достижение любой воспитательной цели, как правило, связано с решением трёх тесно связанных задач:

- формирование нравственного сознания;
- формирование поведения: умений, навыков, привычек нравственного и дисциплинированного поведения, соответствующих черт характера;
- формирование личностных качеств: волевых (смелости, настойчивости, решительности), нравственных (честности, доброжелательности, скромности), трудовых (трудолюбия, добросовестности, исполнительности).

Эти задачи коротко могут быть выражены следующим образом: чтобы достичь поставленной воспитательной цели, тренер должен добиться, чтобы воспитанник знал, умел, хотел и мог поступать должным образом.

Основные принципы, характеризующие условия, в которых должен протекать воспитательный процесс:

- связь воспитания с реальной жизнью и трудом;
- воспитание в коллективе, в команде;
- единство требований и воспитательных воздействий со стороны всех взрослых, контактирующих с ребёнком;
- сочетание требовательности с уважением к личности воспитанника;
- учёт индивидуальных особенностей каждого;
- систематичность и непрерывность воспитательного процесса;
- единство слова и дела в жизни спортивной группы, команды;
- сплочённость коллектива, его ориентацию на спортивные и нравственные идеалы.

Методы и формы воспитательной работы.

Методы воспитания выполняют роль, инструментов, с помощью которых решают все возникающие задачи. Сознание детей формируется через указание и разъяснение правил поведения на тренировочном занятии, во

время игры, норм спортивной этики. Большое воспитательное значение имеет личный пример тренера.

Основной в работе тренера является группа методов воспитания, обеспечивающая организацию деятельности занимающихся, формирования их поведения:

1. Организация чёткого контроля, за выполнением предъявляемых к группе требований дисциплинарного и поведенческого характера.

2. Организационная чёткость занятия, обеспечивающего формирование добросовестности и трудолюбия, и включение занимающихся в систему взаимопомощи и взаимооценки при выполнении заданий.

3. Общественные поручения. Достаточно важными для группы и освобождающими тренера от рутинных обязанностей могут стать следующие поручения:

- контроль, готовности мест занятий, расстановка и уборка инвентаря;
- проверка личной гигиены и экипировки;
- новости из жизни спорта;
- разбор нарушений дисциплины, спортивной этики, конфликтов в группе;
- культурно-массовая работа - экскурсии, походы, чествование победителей, с привлечением родителей.

Систематический контроль за успехами занимающихся.

Формы организации воспитательной работы носят как групповой, так и индивидуальный характер, воспитание, как в процессе занятия, так и в моменты досуга и отдыха. Тренер должен побуждать занимающихся к самоанализу поступков, раскаянию в содеянных безнравственных поступках, стремлению к воспитанию эстетического вкуса и нравственного поведения, и здорового образа жизни не только в период активных занятий, но и дома.

В воспитательной деятельности тренер должен привлекать родителей, помогать выработать режим дня, здоровое своевременное питание. У родителей и тренеров должно быть единство целей и оценок поступков

ребёнка, а главное правильная реакция на оценку этих поступков. Необходим контакт с общеобразовательным учебным заведением, где чётко должны понимать важность занятий, радоваться успехам своих учеников и выступать помощниками в возможности ребёнка и учиться, и полноценно заниматься физической культурой дополнительно.

В целях эффективности воспитания необходимо так организовать тренировочный процесс, чтобы постоянно ставить перед учениками задачи осязаемого двигательного и интеллектуального совершенствования. И на этапе предварительной подготовки должна быть обеспечена преимущественная направленность на успешное обучение и совершенствование основных двигательных умений и навыков, изучение основ спортивной тренировки.

Отрицательно сказывается на эффективности воспитательной работы недостаточная вариативность средств и методов обучения.

Ведущее место в формировании нравственного сознания юных спортсменов принадлежит *методам убеждения*. Убеждение во всех случаях должно быть доказательным. Для чего нужны тщательно подобранные аналогии, сравнения, примеры. Формулировку общих принципов поведения нужно подкреплять ссылками на конкретные данные, на опыт самого занимающегося.

Важным методом нравственного воспитания является *поощрение* юного спортсмена - выражение положительной оценки его действий и поступков. Поощрение может быть в виде одобрения, похвалы, благодарности тренера и коллектива. Любое поощрение должно выноситься с учетом необходимых педагогических требований и соответствовать действительным заслугам спортсмена.

Одним из методов воспитания является *дисциплинарное взыскание*, выраженное в осуждении, отрицательной оценке поступков и действий ученика. Виды взысканий разнообразны: замечание, устный выговор, выговор в приказе, разбор поступка в спортивном коллективе, отстранение от занятий,

соревнований. Поощрение и наказание должны основываться не на случайных примерах, а с учетом всего комплекса поступков. Проявление слабости, снижение активности вполне естественно у спортсмена, как естественно и колебания его работоспособности. В этих случаях большее мобилизирующее значение имеют *дружеское участие и одобрение*, чем наказание. К последнему надо прибегать лишь иногда, когда слабость воли проявляется спортсменом систематически. Лучшим средством преодоления отдельных моментов слабости является привлечение юного спортсмена к выполнению упражнений, требующих преодоления посильных для его состояния трудностей.

Спортивный коллектив является важным фактором нравственного формирования личности юного спортсмена. В коллективе спортсмен развивается всесторонне - в нравственном, умственном и физическом отношении, где возникают и проявляются разнообразные отношения: спортсмена к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными соперниками.

При решении задач по сплочению спортивного коллектива и воспитанию чувства коллективизма целесообразно использовать выпуск стенных газет и спортивных листков, организовывать походы и тематические вечера, вечера отдыха и конкурсы самодеятельности, создавать хорошие условия для общественно полезной деятельности.

Воспитание волевых качеств - одна из важнейших задач в деятельности педагога-тренера. Волевые качества формируются в процессе сознательного преодоления трудностей объективного и субъективного характера. Для их преодоления используются необычные для юного спортсмена волевые напряжения. Поэтому основным методом воспитания волевых качеств является метод постепенного усложнения задач, решаемых в процессе тренировочных занятий и соревнований.

Систематические занятия и выступления на соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного самбиста.

2.7. Календарный график воспитательной работы

Сентябрь – «Дни открытых дверей», проведение и организация мероприятий по привлечению детей.

Октябрь – «Недели безопасности». Беседа на тему: «Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах».

Ноябрь – Открытое Первенство по общефизической подготовке среди обучающихся Вовинам Вьет Во Дао.

Декабрь – Новогодняя спортивно-развлекательная программа «Веселые старты».

Январь – Рождественский фестиваль на приз деда Мороза.

Февраль – Соревнования юниоров по технике передвижений в стойках.

Март – Показательные выступления для родителей.

Апрель – Беседа на тему «История возникновения и развития Вовинам Вьет Во Дао». Просмотр фильма, встреча с выдающимися спортсменами. Приобщение обучающихся к Отечественной истории, традициям, культурным ценностям, достижениям российского спорта.

Май – аттестация на первый пояс.

Июнь – Проведение родительского собрания. Подведение итогов года.

Раздел 3 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

3.1. Нормативные документы

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 25.07.2002 № 115-ФЗ «О правовом положении иностранных граждан в Российской Федерации».

- Федеральный закон от 27.07.2006 № 149-ФЗ «Об информации, информационных технологиях и о защите информации».
- Федеральный закон от 27.06.2006 № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- Федеральный закон № 304 от 31.07.2020г. «О внесении изменений в ФЗ «Об образовании» по вопросам воспитания обучающихся» (01.09.2020).
- Указ Президента РФ от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития РФ на период до 2024 года».
- Указ Президента РФ от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Национальный проект «Образование», утв. Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол заседания от 03.09.2018 г. № 10.
- Паспорт Федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018 г. № 3.
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р.
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 N 196 (ред. от 30.09.2020) "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831).
- Профессиональный стандарт: Педагог дополнительного образования детей и взрослых, утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года N 652н
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Примерная программа воспитания.

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства образования Новосибирской области от 24 декабря 2019г. № 3260 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ (общественной экспертизы).
- Санитарно-Эпидемиологические правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 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».
- Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Новосибирской области, утв. Приказом Минобразования Новосибирской области от 31.03.2020 № 886.
- Устав МБУДО «ДМЦ «Флагман».
- Должностные инструкции педагогов дополнительного образования.

3.2. Литература для педагогов

1. Кириллова Ю.А. Карточка подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР с 5 до 6 лет // 2017.
2. Недомеркова И.Н. Физическое развитие детей 6-7 лет. Планирование непосредственно образовательной деятельности. Технологические карты. Июнь-август. 32 карты // ФГОС ДО, 2017.
3. Полиевский С.А. Основы индивидуального и коллективного питания спортсменов // Физкультура и спорт, М, 2005.
4. Ашмарин Б. А., Виноградов Ю.А., Вяткина З.Н. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов факультета физической культуры педагогических институтов // Просвещение, М, 1990.

5. Гришков, В.И. Методические рекомендации к самостоятельным занятиям физкультурой, спортом, играми, туризмом для студентов и школьников // НГПИ, 1987.

6. Жолдак, В. И. Инновационное развитие спорта в УДО. Дополнительное образование № 9 // 2001.

7. Качашкин, В.М. Методика физического воспитания: учебное пособие для учащихся школ и педагогических училищ // Просвещение, М, 1980.

8. Голованов, В.П. Методика и технология работы педагога дополнительного образования // Гуманитарный издательский центр, М.: АРКТИ, 2005.

9. Буйлова, Л.Н., Буданова Г.П. Дополнительное образование: нормативные документы и материалы //Просвещение, 2008.

10. Тарас, А.Е. Вьетводао-Вовинам. От начинающих к черному поясу. Практическое пособие // Минск: Красина, 1994.

3.3 Литература для обучающихся

1. Белых В.А. Правила здорового образа жизни // Феникс-Премьер, 2017.
2. Василюк Ю.С., Жилинская А.В. Правила безопасного поведения для детей // Эксмодетство, 2018.
3. Лапицкая Е.М. Физкультура для детей // Эксмо, 2009
4. Семашко Е. Н. Домашний доктор. Физкультура и спорт. Сборник // Физкультура и спорт, 1993.
5. Козлова Т.В. Физкультура для всей семьи // Физкультура и спорт, 1989.
6. Максименко А., Кудеров М., Кудерова Ю. Книга зожника. Физкультура, питание и здравый смысл // Манн, Иванов и Фербер, 2019.

Раздел 4. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

4.1 Календарный учебный график

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01 сентября 2021г.	31 мая 2022г.	36	72	72	2 раза в нед. по 1 часу
2 год обучения	01 сентября 2021г.	31 мая 2022г.	36	72	72	2 раза в нед. по 1 часу

Приложение 2

4.2 Перечень оборудования и материалов

Инвентарь: лапы, макивары, резина для совершенствования техники ударов; мяч (5 - 10 кг); баскетбольный мяч; футбольный мяч; канат; утяжелители 0,5 – 1 кг; шведская стенка, перекладина, канат, утяжелители, гантели, резиновые эспандеры, гимнастические маты для выполнения элементов борьбы и акробатики (кувырков, страховки, змейки). Боксерские мешки; наличие ручного эспандера, теннисного мяча (для укрепления пальцев рук), гантелей весом 0,5-2,5кг, скакалки на каждого обучающегося;

Форма одежды: Кимоно (Во Фук) синего цвета.

Приложение 3

4.3 Контрольно-измерительные материалы

- а) Экзаменационные билеты по Вовинам Вьет Во Дао по теории и практике.
- б) Аттестации на пояса различного уровня.
- в) Результативность на соревнованиях.
- г) Соревнования по общей физической подготовке ОФП.

Диагностика степени обученности обучающихся

Десятибалльная шкала оценивания степени обученности обучающихся		
10-бал. шкала	Теоретические параметры оценивания	Практические параметры оценивания
1 балл Очень слабо	Присутствовал на занятиях, слушал, смотрел.	Присутствовал на занятиях, слушал, смотрел.
2 балла Слабо	Отличает какое-либо явление, действие или объект от их аналогов в ситуации, при визуальном предъявлении, но не может объяснить отличительные признаки.	Затрудняется повторить учебное действие за педагогом
3 балла Посредственно	Запомнил большую часть учебной информации, но объяснить свойства, признаки явления не может.	Выполняет действия, допускает ошибки, но не замечает их.
4 балла Удовлетворительно	Знает изученный материал, применяет его на практике, но затрудняется что-либо объяснить с помощью изученных понятий.	Выполняет учебные задания, действия не в полном объеме. Действует механически, без глубокого понимания.
5 баллов недост. хорошо	Развернуто объясняет, комментирует отдельные положения усвоенной теории или ее раздела, аспекта.	Чётко выполняет учебные задания, действия, но слабо структурирует свою деятельность, организует свои действия.
6 баллов хорошо	Без особых затруднений отвечает на большинство вопросов по содержанию теоретических знаний, демонстрируя осознанность усвоенных понятий, признаков, стремится к самостоятельным выводам, обобщениям.	Выполняет задания, действия по образцу, проявляет навыки целенаправленно-организованной деятельности, проявляет самостоятельность.
7 баллов очень хорошо	Четко и логично излагает теоретический материал, хорошо видит связь теоретических знаний с практикой.	Последовательно выполняет почти все учебные задания, действия. В простейших случаях применяет знания на практике, отрабатывает умения в практической деятельности.
8 баллов отлично	Демонстрирует полное понимание сути изученной теории и основных её составляющих, применяет её на практике легко, без затруднений.	Выполняет разнообразные практические задания, иногда допуская несущественные ошибки, которые сам способен исправить при незначительной (без развернутых объяснений) поддержке педагога.

9 баллов великолепно	Легко выполняет разнообразные творческие задания на уровне переноса, основанных на приобретенных умениях и навыках.	С оптимизмом встречает затруднения в учебной деятельности, стремится найти, различные варианты преодоления затруднений, минимально используя поддержку педагога.
10 баллов прекрасно	Способен к инициативному поведению в проблемных творческих ситуациях, выходящих за пределы требований учебной деятельности.	Оригинально, нестандартно применяет полученные знания на практике. Формируя самостоятельно новые умения на базе полученных ранее знаний и сформированных умений и навыков.

Соответствие качества обучения уровню обучения

Уровень обучения	Процесс формирования знаний, умений и навыков		Проверка и оценка уровня компетенции (обученности)		Качество
1.Информационный	I Узнавание (знакомство)		I Различение (распознавание)		ПК
	II <i>Понимание</i>	<i>Восприятие</i>	II Запоминание	<i>Воспроизведение</i>	НК
	III <i>Запоминание</i>		III <i>Понимание</i>		СК
2.Репродуктивный	IV Выработка элементарных умений и навыков (применение полученных знаний на практике).		IV Выполнение практических заданий по алгоритму, по образцу, по аналогии с предыдущим.		ХК
3.Творческий	V Формирование опыта применения полученных знаний в нестандартной, не алгоритмизированной ситуации («Перенос»).		V Легко применяет полученные знания на практике, проявляет способность к нестандартности мышления и к творчеству.		ВК

Баллы выставляются в журнал каждое занятие. Общие выводы используются для заполнения анализа работы педагога за год.

Диагностика воспитанности качеств личности

В образовательной программе указаны качества личности, которые воспитывает педагог на своих занятиях в рамках данной программы.

На основе включенного педагогического наблюдения показатели развития личностных качеств детей оцениваются с помощью баллов:

0 – никогда не проявляется;

1 – проявляется крайне редко;

2 – проявляется иногда;

3 – проявляется всегда.

3. Мотивация выбора объединения

Дети заполняют анкету, выбирая ТОЛЬКО ОДИН вариант из предложенных.

Обработка анкет «Почему ты выбрал именно это объединение?»

(заполняется педагогом)

№ ПП	Вопрос	Количество выборов
1.	Хочу занять своё свободное время	
2.	Хочу подготовиться к выбору профессии	
3.	Хочу общаться	
4.	Хочу найти новых друзей	
5.	Хочу узнать новое и интересное	
6.	Считаю, что знания пригодятся в жизни	
7.	Нравится, как педагог ведёт занятия	
8.	Хочу заниматься любимым делом	

Приложение 4

4.4. Перечень дидактических материалов

Техническая экзаменационная программа Вовинам Вьет Во Дао.

Учебно-тематический план тренировочного процесса.

План-конспект открытого занятия.

Тренировочный инвентарь.