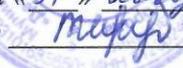
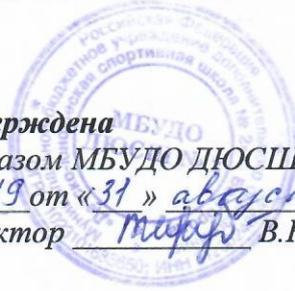


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2» Г.БЕЛГОРОДА

Принято
На педагогическом совете
протокол № 1
от «30» августа 2022г.

Утверждена
Приказом МБУДО ДЮСШ № 2
№ 279 от «31» августа 2022г.
Директор  В.К. Нерубенко



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПО ВИДУ СПОРТА «САМБО»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации: 10 лет
Форма реализации: сетевая

Программу составили:

Лаврова Е.Н. – заместитель директора
МБУДО ДЮСШ № 2
Копьяк А.С. – инструктор-методист
МБУДО ДЮСШ № 2
Ананьев С.И. – старший тренер-
преподаватель отделения самбо
МБУДО ДЮСШ № 2

Рецензенты:

И.Н. Никулин -декан факультета физической
культуры Педагогического института НИУ
БелГУ, к.п.н., доцент, ЗТР

Ю.В. Муханов – заместитель начальника
кафедры физической подготовки Белгородского
юридического института МВД России им. И.Д.
Путилина, к.п.н., полковник полиции

г. Белгород, 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа по виду спорта «самбо», реализуемая в сетевой форме (далее – Программа), разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ с актуальными изменениями;

- Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 года № 304-ФЗ;

- приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- приказ Министерства спорта РФ от 23 сентября 2021 года № 728 «Об утверждении федеральных государственных требований к дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»;

- приказ Минпросвещения России от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- приказ Министерства спорта РФ от 1 ноября 2021 года № 841 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»;

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года № 996-р;

- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», зарегистрированного в Минюсте России 18.12.2020 № 61573;

- приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Программа воспитания МБУДО ДЮСШ № 2, утверждённая приказом № 286 от 31.08.2021г.

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «самбо» (далее - Программа) разработана с учетом Федерального Закона № 329-ФЗ от 04.12.2007г. «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «самбо», утвержденного приказом Минспорта № 932 от 12 октября 2015 года.

Программа реализуется Базовой организацией в сетевой форме в

соответствии с договором о сетевой форме реализации программы с использованием ресурсов Организации-участника, где определено:

Базовая организация – муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа № 2» г. Белгорода, разрабатывает программу и реализует программу (части программы);

Организация-участник - обладает необходимыми ресурсами для реализации программы, которые предоставляет Базовой организации для осуществления образовательного процесса.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ – формирование разносторонне гармонически физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры; укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания потребности для занятия самбо.

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса на различных уровнях сложности и годах обучения (в течение всего срока реализации программы до 8 лет). Программный материал объединен и предполагает решение следующих основных **задач**:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Система дополнительной предпрофессиональной образовательной программы по самбо представляет собой организацию и проведение, физкультурно-спортивной и тренировочной деятельности обучающихся, по общей физической подготовке, специализированной подготовке, связанных с участием в соревнованиях и проведением тренировочных сборов.

Характеристика вида спорта «самбо»

Самбо — относительно молодой, но довольно популярный и интенсивно развивающийся вид спортивного единоборства. Основанием технического арсенала самбо служит комплекс наиболее эффективных приёмов защиты и нападения, отобранных из различных видов боевых искусств и национальной борьбы многих народов мира. Число приёмов в арсенале самбо непрерывно прирастает по мере развития этого вида спортивного единоборства. Самбо включает лучшие практики национальных единоборств: кулачного боя, русской, грузинской, татарской, армянской, казахской, узбекской борьбы; финско-французской, вольно-американской, английской борьбы ланкаширского и кемберлендского стилей, швейцарской, японского самбо и сумо и других видов единоборств.

Самбо — не только вид спортивного единоборства и система противодействия противнику без применения оружия, но и система воспитания, способствующая развитию морально-волевых качеств, патриотизма и гражданственности. Занятия самбо формируют твёрдый характер, стойкость и выносливость, способствуют выработке самодисциплины и развитию качеств, необходимых для достижения жизненных целей. Самбо формирует людей, способных постоять за себя, за свою семью, за Родину.

Официальной датой рождения самбо принято считать 16 ноября 1938 года, когда Спорткомитет СССР включил самбо в число видов спорта, культивируемых в СССР.

В 1966 году на конгрессе Международной федерации любительской борьбы (ФИЛА) самбо официально признается международным видом спорта. Начался уверенный рост популярности самбо по всему миру

Но уже в конце 1990-х — начале 2000-х годов происходит становление новой дисциплины — боевого самбо. Во многом это было связано с растущей популярностью смешанных единоборств, где воспитанники школы самбо доказали свою эффективность.

Формирование и развитие боевого самбо позволило объективно оценить эффективность самбо на фоне различных видов и стилей боевых искусств, стало мощным стимулом совершенствования самбо. В 2001 году состоялся первый чемпионат России по боевому самбо. В 2002 году Государственный комитет РФ по физической культуре и спорту издал постановление об утверждении новой дисциплины боевого самбо.

2000-е годы стали временем активного развития самбо, в первую очередь за счёт укрепления региональных федераций самбо, повышения уровня государственной поддержки, роста финансирования, улучшения уровня подготовки спортсменов, развития системы спортивно-массовых мероприятий.

Основополагающие принципы программы:

Принцип комплексности предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон процесса обучения (теоретической, психологической и физической подготовки).

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам учебного процесса и соответствие его требованиям уровня обучения с учетом преемственности задач, средств и методов обучения, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок.

Принцип вариативности предусматривает, в зависимости от уровня обучения, индивидуальные способности учащихся, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующуюся разнообразием средств и методов обучения, направленных на решение определенных задач обучения.

При создании программы учитывались последние достижения в области теории, методики и практики проведения занятий по самбо.

Структура обучения включает в себя следующие уровни сложности:

1) Базовый уровень сложности - систематические занятия максимально возможного числа детей и подростков, направленное на развитие их личности, привитие навыков здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, определение специализации.

2) Углубленный уровень сложности - улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие, и повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программы.

Минимальный возраст детей для зачисления на обучение

В группы *базового уровня* сложности первого года обучения могут быть зачислены лица старше **10** лет. Эти спортсмены не должны иметь медицинских противопоказаний для освоения программы, успешно сдать нормативы по ОФП для зачисления в группы.

Срок обучения по образовательной программе составляет 8 лет (6 лет для базового уровня и 2 года для углубленного уровня).

Учебная нагрузка устанавливается в соответствии с объемом образовательной программы и в зависимости от уровня ее сложности.

Продолжительность обучения, минимальный возраст для зачисления, наполняемость групп, количество часов в неделю представлены в таблице 1.

Таблица 1

Продолжительность обучения, минимальный возраст для зачисления, наполняемость групп, количество часов в неделю

Уровни сложности	Год обучения	Количество часов в неделю	Количество занятий в неделю	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)
Базовый уровень (Б)	1	6	3-4	10-11	12	15
	2	6	3-4	11-12	12	15
	3	8	3-4	12-13	10	14
	4	8	3-4	13-14	10	14
	5	10	4-5	14-15	10	12
	6	10	4-5	15-16	10	12
Углубленный уровень (У)	1	12	5-6	16-17	2	8
	2	12	5-6	17-18	2	8

Обучающиеся, имеющие достаточный уровень знаний, умений и навыков имеют право на освоение Программы по индивидуальному учебному плану.

Учреждение имеет право реализовывать Программу в сокращенные сроки.

В процессе реализации учебного плана допускается самостоятельная работа обучающихся в пределах 10% от общего учебного плана (согласно Положения о порядке организации самостоятельной (внеаудиторной) работы обучающихся в рамках реализации дополнительных предпрофессиональных программ).

В соответствии с частью 3 статьи 60 Федерального закона, обучающимися успешно прошедшим итоговую аттестацию выдается свидетельство, документ об окончании дополнительного предпрофессионального образования, образец которого самостоятельно разрабатывается Учреждением.

Планируемые результаты освоения образовательной программы обучающимися

На базовом уровне 1-3 года обучения является формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; формирование широкого круга двигательных умений и навыков; освоение основ техники по избранному виду спорта, наличие опыта выступления на официальных спортивных соревнованиях по избранному виду спорта; всестороннее гармоничное

развитие физических качеств; укрепление здоровья; отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий избранным видом спорта;

На базовом уровне 4-6 года обучения - формирование общей и специальной физической, технико-тактической подготовки; стабильность демонстрации спортивных результатов на официальных спортивных соревнованиях; общая и специальная психологическая подготовка; укрепление здоровья;

На углубленном уровне - повышение функциональных возможностей организма спортсменов; совершенствование специальных физических качеств, технико-тактической и психологической подготовки; стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях; поддержание высокого уровня спортивной мотивации; сохранение здоровья.

Набор и приём на отделение осуществляется приемной комиссией МБУДО ДЮСШ № 2 путём сдачи нормативов по ОФП и СФП, в соответствии с положением о приёме на основании протокола приёмной комиссии.

Перевод обучающихся осуществляется путём сдачи нормативов на квалификационные разряды, переводные нормативы приёмной комиссий.

Расписание занятий составляется администрацией школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления благоприятного режима занятий, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

Учебный материал представлен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки: теоретическую, ОФП и СФП, технико-тактическую и психологическую и соревновательную.

Таблица № 2

Качественный состав групп спортивной подготовки

Уровень подготовки		Требования к уровню подготовки	
Название уровня сложности	Продолжительность уровня	Результаты выполнения этапных нормативов	Спортивный разряд или звание
Базовый уровень сложности (БУ)	1-й год (БУ-1)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1) для перевода (зачисления) в группу БУ-2	Без разряда
	2-й год (БУ-2)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1) для	Третий юношеский спортивный разряд (с 11 лет)

		перевода (зачисления) в группу БУ-3	
	3-й год (БУ-3)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1) для перевода (зачисления) в группу БУ-4	Второй юношеский спортивный разряд
	4-й год (БУ-4)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1) для перевода (зачисления) в группу БУ-5	Первый юношеский спортивный разряд
	5-й год (БУ-5)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1) для перевода (зачисления) в группу БУ-6	Третий спортивный разряд
	6-й год (БУ-6)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1) для перевода (зачисления) в группу УУ-1	Второй спортивный разряд
Углубленный уровень сложности (УУ)	1-й год (УУ-1)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1) для перевода (зачисления) в группу УУ-2	Первый спортивный разряд
	2-й год (УУ-2)	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и технической подготовке (приложении № 1)	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план определяет объем учебной нагрузки и ее распределение по годам обучения. Учебный план составлен на основе Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области

физической культуры и спорта, утвержденные

Последовательность обучения. Учебный план включает в себя уровни обучения: базовый уровень сложности (6 лет), углубленный уровень сложности (2 года).

План Учебного процесса представлен в таблице 3.

Таблица 3

**План учебного процесса
Базовый уровень сложности**

№ п/п	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Распределение по годам обучения							
		Базовый уровень сложности						Углубленный уровень сложности	
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Общий объем часов		312	312	416	416	520	520	624	624
Объем часов на 46 учебных недель		276	276	368	368	460	460	552	552
1.	Обязательные предметные области								
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	27	27	37	37	46	46	55	55
1.2.	Общая физическая подготовка	82	82	108	108	134	134	-	-
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	-	-	-	-	-	80	80
1.4.	Вид спорта	82	82	108	108	134	134	106	106
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	-	84	84
2.	Вариативные предметные области								
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	27	27	37	37	46	46	55	55
2.2.	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	-	27	27
2.3.	Специальные навыки	27	27	37	37	46	46	110	110
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	27	27	37	37	46	46	27	27
3.	Аттестация								
3.1.	Промежуточная аттестация	4	4	4	4	8	8	8	4
3.2.	Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-	4

4.	Теоретические занятия	27	27	37	37	46	46	55	55
5.	Практические занятия	249	249	331	331	414	414	497	497
6.	Самостоятельная работа (в период активного отдыха – 6 недель)	36	36	48	48	60	60	72	72

Самостоятельная работа обучающихся в пределах 10% от общего учебного плана.

Обучающийся имеет право на обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе на ускоренное обучение, в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами.

Текущий контроль успеваемости - форма педагогического контроля спортивной формы обучающихся, выполнения ими учебных программ по видам спорта в период обучения.

Текущий контроль осуществляется тренером-преподавателем, реализующим дополнительные предпрофессиональные программы:

- в рамках одного тренировочного занятия;
- в рамках нескольких тренировочных занятий (при тематическом контроле);
- в течение года (при осуществлении мониторинга - отслеживания динамики развития физических качеств и/или технических, технико- тактических умений и навыков).

Промежуточная аттестация – форма педагогического контроля динамики спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений обучающихся. Промежуточная аттестация осуществляется в конце каждого года обучения для перевода на следующий уровень сложности обучения и для допуска обучающегося к итоговой аттестации.

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения обучающимися образовательной программы.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график разработан в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.

Начало учебного года с 1 сентября.

Срок обучения не менее 46 недель

Начало тренировочных занятий – согласно расписанию.

Расписание занятий утверждается директором МБОУДО ДЮСШ № 2 по представлению педагогических работников с учётом пожеланий обучающихся (их законных представителей), возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно – гигиенических норм.

Занятия обучающихся в период школьных каникул проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, планом работы МБОУДО ДЮСШ № 2 на период каникул в форме тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых, досуговых мероприятий, участие в тренировочных сборах, отдыха в спортивном оздоровительном лагере дневного пребывания детей, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ ОБЛАСТИ

Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения. Теоретические знания должны иметь целевую направленность, вырабатывать у занимающихся умения использовать полученные знания на практике в условиях учебно- тренировочных занятий.

При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст занимающихся и излагать материал в доступной им форме. В зависимости от конкретных условий работы в план теоретической подготовки можно вносить коррективы.

Темы теоретических занятий:

1. Физическая культура и спорт в России. (Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе).
2. Значения физической культуры и спорта для трудовой деятельности людей.
3. Краткий обзор развития самбо в России и за рубежом.
4. Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировки.
5. Краткое сведение о строении и функциях организма человека.
6. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсмена.
7. Врачебный контроль, самоконтроль, оказание первой помощи.
8. Основы техники самбо и методики обучения самбистов.
9. Планирование спортивной тренировки.
10. Правила соревнований, их организация и проведение.

Общая физическая подготовка

Общая физическая подготовка на базовом уровне обучения направлена на воспитание и развитие основных физических качеств учащихся: скорости, силы и выносливости, гибкости и координации.

Применяются строевые упражнения и приёмы: основные стойки, перестроения, различные виды передвижения бегом на носках. Высоко поднимая колени, сгибая ноги назад, с ускорением, с поворотами, с прыжками через препятствия, наперегонки, с подскоками и другими действиями. Широко используются различные комплексы общеразвивающих упражнений для различных групп мышц. Упражнения для рук и верхнего плечевого пояса,

положения рук и кистей, поднимание и опускание рук, приводящие и отводящие движения, то же, выполняемые с мышечным усилием и с различной скоростью движений. Упражнения для туловища – наклоны вперед стоя и сидя, ноги вместе и врозь, наклоны назад, упражнения для ног – различные виды приседаний. Упоры–упор присев, упор лёжа (повороты в упоре лёжа, отжимания), упор сидя сзади, прогибание туловища, передвижения в упоре сидя и лежа. Рекомендуется проводить спортивные и подвижные игры, эстафеты, акробатические упражнения, кроссы, плавание и т.п. Основные методы проведения на углубленном уровне обучения на занятиях могут являться, игровой, повторный, круговой, соревновательный

Специальная физическая подготовка

В задачи специальной физической подготовки входит совершенствование двигательных навыков и качеств, способствующих овладению техники самбо. Применяются специальные упражнения: для развития специальной силы, специальной ловкости, гибкости, силы, быстроты, выносливости самбоиста;

- упражнения для защиты от бросков;
- упражнения для выполнения бросков;
- подготовительные упражнения для технических действий;
- упражнения специальной физической и психологической подготовки.

Для локального развития мышечных групп, тренажерные устройства, комплексы специальных упражнений для развития гибкости, ловкости быстроты, силы и выносливости.

Методы тренировки – повторный, игровой, переменный и контрольный.

Техническая подготовка

Высоких спортивных результатов можно достичь за счет постоянного совершенствования всех сторон подготовки. При этом важную роль имеет постоянное выполнение арсенала технико-тактической подготовки.

При обучении техническим действиям необходимо четко представлять всю систему основных упражнений самбо для корректного распределения учебного материала по всем этапам подготовки, вплоть до конкретного тренировочного занятия.

Классификация техники борьбы самбо:

Броски в основном руками. Выведение из равновесия (рывком, толчком, скручиванием), броски захватом ноги (бедро, голени, мельница), ног.

Броски в основном ногами. Подножки: передняя, задняя, боковая, на пятке. Подсечки: передняя, боковая, изнутри, задняя. Зацепы: голенью, стопой, обвивом. Подхваты: спереди, изнутри, отхват. Подсады: голенью бедром. Ножницы, бросок через голову.

Броски в основном туловищем. Бросок через спину, через бедро. Бросок прогибом (через грудь).

Болевые приемы в самбо выполняются на ноги и на руки.

Болевые приемы на руки: рычаги (локтя, плеча- разрешенные

правилами; кисти, пальцев -запрещенные), узлы (локтя, плеча), ущемления (двуглавой мышцы плеча).

Болевые приемы на ноги: рычаги (стопы, колена, бедра), узлы (бедра), ущемления (ахиллова сухожилия, икроножной мышцы), растяжения (двуглавой мышцы бедра).

Удержания в самбо выполняются при различных взаиморасположениях атакующего и его противника: сбоку, верхом, поперек, со стороны ног, со стороны головы.

Тактическая подготовка

Принято называть ряд действий позволяющих создать благоприятную ситуацию для решения поставленной задачи.

Тактика выполнения технических действий (приемов защит):

- а) Подавление – действия, имеющие целью создать или использовать превосходство над противником.
- б) Маневрирование – передвижение борца с целью создания благоприятной ситуации для решения тактических задач.
- в) Маскировка - действия, вводящие противника в заблуждение и вызывающие реакции, которые способствуют решению тактических задач.

Тактика – это действия, поведение самбиста на соревнованиях, направленные на достижение конкретной цели в каждом из них. В основе спортивной тактики лежат ее двигательные проявления. Тактическая подготовка направлена на формирование способности учащегося к эффективной соревновательной деятельности. Сложность заключается в том, что она объединяет психический, моторный и исполнительный компоненты, то есть технику спортивных движений и стратегию борьбы на татами.

В программу практического овладения тактическим мастерством необходимо включить упражнения: использование усилий партнера для проведения бросков, для подготовки проведения приемов используется сковывание, маневрирование, выведение из равновесия, изучается тактика захватов, передвижений, проведение приемов, ведение поединков с различными по росту и весу партнерами и т.д.

Данный комплекс мероприятий, включаемых в тренировочный процесс, позволит выработать у спортсмена способность контроля элементов техники по основным компонентам соревновательной деятельности.

Тактическая подготовка - это обучение самбистов правильно принимать решения относительно своих действий, поведения в конкретной обстановке соревнований. Она состоит из двух главных частей - теоретической и практической тактической подготовки каждого учащегося.

Надо постоянно проводить специальные теоретические занятия, на которых:

- рассказывать обучающимся о различных тактических вариантах ведения боя;
- показывать видеосъемки тактики боя самого спортсмена и бои других спортсменов;
- изучить тактику боя своих главных соперников, собирать на них досье;

Практическая тактическая подготовка – это многократное выполнение специальных тактических заданий, вариантов тактики боя во время учебно-тренировочных занятий, контрольных поединков и в основных соревнованиях.

Тактическая подготовка должна проводиться с первого и до последнего дня занятий учащегося самбо и выступлений в соревнованиях.

Основное содержание направленности педагогического процесса тактической подготовки состоит в формировании высокого уровня технико-тактического мастерства самбиста и навыка его использования вне зависимости от уровня соревнований и мастерства соперника. При планировании тактики боя на конкретных соревнованиях необходимо составлять тактический план с известным соперником и его реализация.

Основы профессионального самоопределения

- формирование социально-значимых качеств личности;
- развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе);
- развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;
- приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;
- приобретение опыта проектной деятельности.

Занятия по спортивным и подвижным играм направлены на:

- развитие быстроты, ловкости, общей и скоростной выносливости, пространственной ориентировки;
- на формирование навыков в коллективных действиях;
- воспитание настойчивости, решительности, инициативы и находчивости, поддержание умственной и физической работоспособности, снятие эмоционального напряжения;
- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;
- умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

Судейская подготовка

Одной из задач спортивной школы является подготовка обучающихся к роли помощника тренера, инструктора и участие в организации и проведении соревнований в качестве судьи.

Решение этих задач целесообразно начинать на углубленном этапе подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, практических занятий, самостоятельного изучения литературы по виду

спорта. Обучающиеся должны овладеть принятой в виде спорта терминологией, основными методами построения учебно-тренировочного занятия, навыками дежурного по группе (подготовка место занятий, получение и сдача инвентаря). Во время проведения занятий необходимо развивать способность обучающихся наблюдать за выполнением упражнений другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения обучающихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведения протоколов соревнований.

Во время обучения на углубленном уровне подготовки необходимо самостоятельно вести дневник: вести учет занятий с тематикой, заданий и поставленных задач, регистрировать результаты выступления на соревнованиях, делать их анализ.

Обучающиеся должны уметь самостоятельно составлять конспект занятия, и проводит занятие в группе СО, принимать участие в судействе соревнований по виду спорта в школьных соревнованиях и соревнованиях городского уровня в качестве ассистента, судьи, секретаря.

Специальные навыки

Специфика вида спорта, прежде всего, способствует формированию психической целеустремленности, самостоятельности в постановке и реализации целей, принятии решений, воспитание воли.

Мотивация спортсмена направлена на:

- Достижение определенного результата на соревнованиях и в процессе подготовки.
- Умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;
- Умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта;
- Умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.

Спортивное и специальное оборудование

- знание устройства спортивного и специального оборудования по избранному виду спорта;
- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;
- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

Требования техники безопасности в процессе реализации образовательной программы

1. Общие требования безопасности:

- К тренировочным занятиям допускаются обучающиеся только после ознакомления с правилами техники безопасности и имеющие медицинский допуск к занятиям.
- При осуществлении тренировочного процесса необходимо соблюдать правила поведения в спортивной школе, спортивном зале, время тренировок.
- При проведении занятий должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи.
- При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации учреждения.
- В процессе занятий обучающийся должны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.
- Тренировочные занятия должны проводиться в соответствии с расписанием учебных занятий, составленными с учетом режима занятий в общеобразовательных организациях.

2. Требования безопасности перед началом занятий:

- Проверить подготовленность помещения.
- Проверить исправность спортивного инвентаря и полного наличия.
- Проветрить помещение.

3. Требования безопасности во время занятий:

- Соблюдать общие требования: тишина.

4. Требования безопасности при аварийных ситуациях:

- При возникновении аварийной ситуации тренер-преподаватель должен действовать согласно инструкции.

5. Требования техники безопасности по окончании занятий.

- Проверить по списку присутствие всех обучающихся.
- Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- Тщательно вымыть лицо и руки с мылом или принять душ.

План воспитательной и профориентационной работы

План воспитательной и профориентационной работы разрабатывается и утверждается ежегодно, и является отдельным нормативно-правовым документом Учреждения, который содержит:

- групповую и индивидуальную форму работы с обучающимися;
- профессиональную ориентацию обучающихся;
- научную, творческую, исследовательскую работу;
- проведение физкультурно-оздоровительных, физкультурно-спортивных,

творческих и иных мероприятий в том числе и в летний период (летний лагерь с дневным пребыванием детей);

- организацию встреч, лекций, бесед, мастер-классов, турниров с известными спортсменами;

- организацию посещения музеев, имеющих экспозиции по спортивной тематике, театров, кинотеатров для просмотра спектаклей, представлений, фильмов на спортивную тему или иную тему, связанную с воспитательной работой.

Воспитательная работа. Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких морально-волевых качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Центральной фигурой во всей воспитательной работе является тренер-преподаватель, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения спортсмена во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и нравственного воспитания.

Дисциплинированность следует воспитывать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение тренера, правильное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие – способность преодолевать специфические трудности, что достигается прежде всего систематическим выполнением тренировочных заданий, связанных с возрастающей нагрузкой. На конкретных примерах нужно убеждать юного спортсмена, что успех в современном спорте зависит прежде всего от трудолюбия. Тем не менее в работе с детьми необходимо придерживаться строгой последовательности в увеличении нагрузок. При занятиях с юными спортсменами все более важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

В целях эффективности воспитания тренеру необходимо так организовать тренировочный процесс, чтобы постоянно ставить перед юными спортсменами задачи осязаемого интеллектуального совершенствования.

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

Ведущее место в формировании нравственного сознания юных спортсменов принадлежит методам обучения. Убеждение во всех случаях должно быть доказательным, для чего необходимы тщательно подобранные аналогии, сравнения, примеры. Формулировку общих принципов поведения нужно подкреплять ссылками на конкретные данные, опыт самих

занимающихся.

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.

Спортивный коллектив является важным фактором нравственного формирования личности юного спортсмена. В коллективе спортсмен развивается всесторонне-нравственно, умственно и физически, здесь возникают и проявляются разнообразные отношения: спортсмена к своему коллективу, между членами коллектива, между спортивными коллективами. При решении задач сплочения спортивного коллектива и воспитания чувства коллективизма целесообразно использовать выпуск стенгазет и спортивных листков, проведение туристических походов, экскурсий, тематических вечеров, вечеров отдыха и художественной самодеятельности, создавать хорошие условия для общественно полезной деятельности.

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

Систематические занятия и выступления в соревнованиях являются эффективными средствами воспитания волевых качеств у юного спортсмена. При подготовке учащихся следует знать, что воспитательная работа – это сложный и многогранный процесс, включающий различные виды воспитания.

Виды воспитания

1. Политическое: воспитание патриотизма, любви к Родине и верности Отечеству.
2. Профессионально-спортивное: развитие морально-волевых качеств; воспитание эмоционально-волевой устойчивости к неблагоприятным факторам, способности переносить большие психические нагрузки.
3. Нравственное: воспитание преданности и любви к Отечеству; развитие чувства долга, чести, воспитание интернационализма, дружбы к товарищам по команде; уважения к тренеру; приобщение к истории, традициям избранного вида спорта.
4. Правовое: воспитание законопослушности; формирование неприятия нарушений спортивной дисциплины; развитие потребностей в здоровом образе жизни.

Воспитание спортивного коллектива:

- варианты взаимодействия коллектива и личности спортсмена;
- повышение знаний тренера о коллективе;
- формирование личности спортсмена;

- изучение спортсмена как члена коллектива;
- изучение учебной группы как коллектива;
- изучение среды коллектива (семья, школа, внешкольное учреждение) – межличностные отношения в коллективе, деловое взаимодействие, гражданское взаимодействие;
- управление коллективом – изучение тренером личностных свойств спортсменов, изучение состояний коллектива, регулирование отношений в коллективе, изучение общения спортсменов.

Средства, методы и формы воспитательной работы

Во время активного отдыха:

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, кино, литература, театр, музей.

Методы: убеждение, пример, поощрение, требование, принуждение.

Форма организации: совет команды, фото- и стенгазеты, радиопередачи, совет ветеранов спорта.

В процессе учебно-тренировочных занятий:

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, митинг.

Методы организации: совет команды, совет тренеров, совет ветеранов спорта.

В соревновательной обстановке:

Средства: устная и наглядная информация, печать, радио, телевидение, митинг.

Методы: убеждение, пример, поощрение, требование, принуждение.

Формы организации: совет команды, совет ветеранов спорта.

Реализация цели и задач программы воспитания осуществляется в рамках следующих направлений - модулях воспитательной работы школы:

- модуль 1 «Ключевые общественные дела»
- модуль 2 «Патриотизм»
- модуль 3 «Организация предметно-эстетической среды»
- модуль 4 «Профилактика. Путь к здоровью»
- модуль 5 «Школьные медиа»
- модуль 6 «Работа с родителями»

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа № 2» г. Белгорода

<i>СЕНТЯБРЬ</i> <i>Виды, формы, содержание воспитательной деятельности</i>	<i>Содержание работы</i>	<i>Этапы подготовки</i>	<i>Ответственные</i>
Модуль «Ключевые общественные»	1. Установление распорядка дежурств по уборке мест занятий после тренировки	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо

дела»			
Модуль «Патриотизм»	1.Состояние и развитие спорта в России	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Организация предметно-эстетической среды»	1. Посещение Белгородского зоопарка	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Профилактика. Путь к здоровью»	1.Беседа с детьми «Правила поведения в игровом зале и на спортплощадке»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
	2. Инструктаж по ТБ «Дорога в школу и домой. ППД»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Школьные медиа»	1.Сбор и подготовка информационных данных о значимых мероприятиях текущего месяца ДЮСШ с целью освещения деятельности Учреждения в информационном пространстве	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Работа с родителями»	1.Проведение родительского собрания. «Совместная работа тренера-преподавателя и родителей в развитии спортивных навыков детей. Выбор родительского актива»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
<i>ОКТАБРЬ</i> <i>Виды, формы, содержание воспитательной деятельности</i>	<i>Содержание работы</i>	<i>Этапы подготовки</i>	<i>Ответственные</i>
Модуль «Ключевые общественные дела»	1.Установление распорядка дежурств по уборке мест занятий после тренировки.	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Организация предметно-эстетической среды»	1.Праздничное мероприятие «Посвящение в юные спортсмены»	Группы начальной подготовки первого года обучения	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Профилактика. Путь к	1. Инструктаж по ТБ <i>(тема выбирается тренером-преподавателем)</i>	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо

здоровью»	<i>самостоятельно, согласно рабочим программам)</i>		
Модуль «Школьные медиа»	1.Сбор и подготовка информационных данных о значимых мероприятиях текущего месяца ДЮСШ с целью освещения деятельности Учреждения в информационном пространстве	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Работа с родителями»	1.Проведение родительского собрания	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
	2.Индивидуальные беседы с родителями	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо, зам. директора, директор
<u>НОЯБРЬ</u> Виды, формы, содержание воспитательной деятельности	<i>Содержание работы</i>	<i>Этапы подготовки</i>	<i>Ответственные</i>
Модуль «Ключевые общественные дела»	1.Установление распорядка дежурств по уборке мест занятий после тренировки.	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Организация предметно-эстетической среды»	2.Участие в городских турнирах и мероприятиях, посвященных дню матери, Дню народного единства.	Согласно календарю мероприятий и регламенту соревнований	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Профилактика. Путь к здоровью»	1. Инструктаж по ТБ <i>(тема выбирается тренером-преподавателем самостоятельно, согласно рабочим программам)</i>	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Школьные медиа»	1.Сбор и подготовка информационных данных о значимых мероприятиях текущего месяца ДЮСШ с целью освещения деятельности Учреждения в информационном пространстве	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Работа	1.Влияние личностных	все	Тренеры-

с родителями»	качеств родителей в формировании психического состояния ребенка		преподаватели отделения, зам. директора
<u>ДЕКАБРЬ</u> Виды, формы, содержание воспитательной деятельности	Содержание работы	Этапы подготовки	Ответственные
Модуль «Ключевые общественные дела»	1. Установление распорядка дежурств по уборке мест занятий после тренировки	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Организация предметно-эстетической среды»	1. Детские выступления в празднике «Новый год»	Согласно календарю мероприятий и регламенту соревнований	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Профилактика. Путь к здоровью»	1. Соревнования «Спортивный Новый год»	Согласно календарю мероприятий и регламенту соревнований	Тренеры-преподаватели отделения самбо
	1. Инструктаж по ТБ «Опасность пользования пиротехническими средствами и взрывчатыми веществами»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
	2. Дискуссионная встреча «Как уберечь ребенка от наркотиков»	выборочно	Тренеры-преподаватели отделения самбо, зам. директора
Модуль «Школьные медиа»	1. Сбор и подготовка информационных данных о значимых мероприятиях текущего месяца ДЮСШ с целью освещения деятельности Учреждения в информационном пространстве	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Работа с родителями»	1. Проведение родительского собрания. «Как помочь ребенку справиться с эмоциями»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
<u>ЯНВАРЬ</u> Виды, формы, содержание воспитательной	Содержание работы	Этапы подготовки	Ответственные

<i>деятельности</i>			
Модуль «Ключевые общественные дела»	1. Установление расписания дежурств по уборке мест занятий после тренировки.	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Патриотизм»	1. Беседа с детьми по профилактике суицида «Развитие личности в подростковом возрасте»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Профилактика. Путь к здоровью»	3. Спортивно-деловая игра «Как найти себе союзников» (встреча с известными спортсменами города)	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо, зам. директора
Модуль «Школьные медиа»	1. Сбор и подготовка информационных данных о значимых мероприятиях текущего месяца ДЮСШ с целью освещения деятельности Учреждения в информационном пространстве	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Работа с родителями»	1. Проведение родительского собрания на тему: «Сотрудничество семьи и школы в формировании общих подходов к воспитанию, совместное изучение личности ребенка и его психофизических особенностей»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо, зам. директора, директор
<i>ФЕВРАЛЬ</i> <i>Виды, формы, содержание воспитательной деятельности</i>	<i>Содержание работы</i>	<i>Этапы подготовки</i>	<i>Ответственные</i>
Модуль «Ключевые общественные дела»	1. Установление расписания дежурств по уборке мест занятий после тренировки.	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Патриотизм»	1. Участие в мероприятиях, посвященных Дню защитника отечества.	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
	2. Первенство Белгородской области по самбо среди обучающихся общеобразовательных организаций, в рамках	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо

	3.Всероссийского проекта «Самбо в школу», посвященное дню памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
	4.Первенство Белгородской области по самбо среди обучающихся общеобразовательных организаций, в рамках Всероссийского проекта «Самбо в школу», посвященное дню памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Организация предметно-эстетической среды»	1.Просмотр художественного фильма «Чемпионы». Обсуждение в группе.	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Профилактика. Путь к здоровью»	1.Инструктаж «По правилам безопасности при обнаружении неразорвавшихся снарядов, гранат и неизвестных пакетов»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Школьные медиа»	1.Проведение родительского собрания. «Совместная работа тренера-преподавателя и родителей в развитии спортивных навыков детей. Выбор родительского актива» выборочно	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Работа с родителями»	2.Проведение бесед «Ценность семейных традиций»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
<i>МАРТ</i> <i>Виды, формы, содержание воспитательной деятельности</i>	<i>Содержание работы</i>	<i>Этапы подготовки</i>	<i>Ответственные</i>
Модуль «Ключевые общественные дела»	1.Установление распорядка дежурств по уборке мест занятий после тренировки.	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
	2.Принятие участие в городской акции «Добрые дела»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо

Модуль «Патриотизм»	1. Соревнования в честь защитников Отечества	Согласно календарю мероприятий и регламенту соревнований	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Организация предметно-эстетической среды»	1. Участие в городских мероприятиях, посвященных празднованию 8 марта.	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Профилактика. Путь к здоровью»	2. Беседа о вреде курения.	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Школьные медиа»	1. Сбор и подготовка информационных данных о значимых мероприятиях текущего месяца ДЮСШ с целью освещения деятельности Учреждения в информационном пространстве	Согласно календарю мероприятий	Тренеры-преподаватели отделения самбо
Модуль «Работа с родителями»	1. Проведение родительского собрания. «Тревожность и её влияние на развитие личности»	все	Тренеры-преподаватели отделения самбо

Профессиональная ориентация – это система учебно-воспитательной работы, направленная на усвоение обучающимися необходимого объёма знаний о социально-экономических и психофизических характеристиках профессий.

Реализация профориентационного плана предусматривает активное участие тренеров-преподавателей, родителей обучающихся, администрации спортивной школы, сотрудников центра занятости населения и иных заинтересованных лиц в проведении профориентационных мероприятий, направленных на подготовку востребованных в регионе профессиональных кадров.

Цели профориентационной работы

- оказания профориентационной поддержки обучающимся в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности.
- выработка у обучающихся сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

Задачи:

- сформировать положительное отношение к труду;
- научить разбираться в содержании профессиональной деятельности;
- научить соотносить требования, предъявляемые профессией, индивидуальными качествами;
- научить анализировать свои возможности и способности, (сформировать потребность в осознании и оценке качеств и возможностей своей личности).

Система контроля и зачетные требования

Для оценки эффективности средств и методов тренировки контроль используется в соответствии с контрольными нормативами для выявления динамики спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений.

Оценка уровня развития физических качеств проводится по результатам тестирования на основе комплекса разнообразных упражнений.

Система контроля (порядок и формы текущего контроля, формы аттестации) и зачетные требования содержат (приложение к образовательной программе):

- Комплекс контрольных упражнений для оценки результатов освоения образовательной программы;
- Перечень тестов и вопросов по текущему контролю, освоения теоретической части образовательной программы;
- Методические указания по организации промежуточной (по итогам каждого года обучения) и итоговой аттестации обучающихся (по итогам завершения освоения образовательной программы в полном объеме в соответствии учебным планом)

Критерии оценки реализации Программы спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки.

Результатом реализации Программы является:

На базовом этапе подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта.

На углубленном этапе:

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и стабильность выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

Система спортивного отбора включает:

- а) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью

ориентирования их на занятия спортом;

б) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп по виду спорта;

в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.

Критерии подготовки на каждом этапе обучения в виде спорта самбо.
Контрольно-переводные нормативы. (приложение № 1)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Водопьянова Н. Е. Синдром «выгорания» в профессиях системы «человек-человек» // Практикум по психологии профессиональной деятельности и менеджмента. — СПб.: Питер, 2000. — С. 175-180.
2. Гальперин П. Я. Лекции по психологии: Учебное пособие для студентов вузов. — 2-е изд. — М.: КДУ, 2005. — 400 с.
3. Гинзбург М. Р. Психологическое содержание личностного самоопределения// Вопросы психологии, 1994, № 3.
4. Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте и Европейская Хартия спорта / Авт. — сост. В. Б. Шестаков. — М.: Красный пролетарий, 2005. — С. 132-138.
5. Захаров Е. Н., Карасев А. В., Сафонов А. А. Энциклопедия физической подготовки. — М.: Лептос. 1994. — 368 с.
6. Калицкий Э.М. Трансформация профессионального образования в современном обществе. — Минск: РИПО, 1997. — С. 12-16.
7. Лях В. И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. — М.: Терра-Спорт, 2000. — 192 с.
8. Семенов Л. А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: биологические и психолого-педагогические аспекты. — М.: Советский спорт, 2005. — С. 133.
9. Верхошанский В.В. «Основы специальной физической подготовки спортсменов. - Москва, ФИС -1988г.
10. Игуменов В.М., Подливаев Б.А. «Спортивная борьба» Москва, Просвещение 1993г.
11. Федерация самбо России: <http://sambo.ru/>.
12. Министерство спорта Российской Федерации: <http://www.minsport.gov.ru/>.
13. Единая всероссийская спортивная классификация 2022-2025 гг. <http://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinaya-vserossiyska/37104/>