

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ БАЛТАСИНСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 3  
от «06» апреля 2020 года

«Утверждено»  
Директор МБУДО «ЦВР»  
-----  
Р.К. Латипов  
Приказ № 32/1 от 06 апреля 2020 год



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
с использованием дистанционных образовательных  
технологий  
«НАЦИОНАЛЬНАЯ БОРЬБА»

Направление: физкультурно-спортивное

Возраст учащихся: 8-17 лет

Срок реализация: апрель-май

*Автор-составитель:*

Гильманов Ильдус Хафизович, педагог  
дополнительного образования

## Информационная карта образовательной программы

|     |   |   |
|-----|---|---|
| 1.  | <b>Образовательная организация</b>  | МБУДО «Центр внешкольной работы» Балтасинского муниципального района РТ   |
| 2.  | <b>Полное название программы</b>  | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа с использованием дистанционных образовательных технологий «Корэш»  |
| 3.  | <b>Направленность программы</b>   | Физкультурно-спортивная   |
| 4.  | <b>Сведения о разработчиках</b>   |   |
| 4.1 | ФИО, должность  | Гильманов Ильдус Хафизович, педагог дополнительного образования   |
| 5   | <b>Сведения о программе:</b>  |   |
| 5.1 | Срок реализации   | Апрель-май месяцы, на время дистанционного обучения   |
| 5.2 | Возраст обучающихся   | 8-17 лет  |
| 5.3 | Характеристика программы:<br>- тип программы<br>- вид программы<br>- принцип проектирования программы<br>- форма организации содержания и учебного процесса | Модифицированная дополнительная общеобразовательная программа с использованием дистанционных образовательных технологий общеразвивающая разноуровневая, групповая   |
| 5.4 | Цель программы  | 1. Повышение уровня физического развития подростков;<br>2. Подготовка спортивного резерва.  |
| 5.5 | Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)   | Стартовый уровень:<br>Базовый уровень:<br>Продвинутый уровень:  |
| 6.  | <b>Формы и методы образовательной деятельности</b>  | Использование дистанционных образовательных технологий при изучении данной программы<br>Формы организации деятельности:<br>- групповая;<br>- индивидуально-групповая<br>Методы обучения:<br>- словесные (рассказ, объяснение)<br>- наглядные (показ приемов)<br>- практические (тренировка, самостоятельная работа, при очном обучении) |
| 7.  | <b>Формы мониторинга результативности</b>   | Зачет обучающихся по следующим предметным областям:<br>- общая и специальная физическая подготовка;<br>- технико-тактическая подготовка;  |

|     |   |   |
|-----|---|---|
| 8.  | <b>Результативность реализации программы</b>                | <p>1. положительная динамика уровня подготовленности в технике и тактике в соответствии с индивидуальными особенностями;</p> <p>2. динамика прироста индивидуальных показателей развития физических качеств воспитанников, укрепление здоровья;</p> <p>3. освоение воспитанниками системы знаний в области физической культуры и спорта, физиологии, биомеханики, гигиены;</p> <p>4. устойчивость интереса, мотивации к занятиям борьбы и к здоровому образу жизни;</p> <p>5. сформированность нравственных, морально-волевых качеств личности, убеждений, взглядов, идеалов.</p> |
| 9.  | <b>Дата утверждения и последней корректировки программы</b> |   |
| 10. | <b>Рецензенты</b>   |   |

### Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивного направления (корэш) для воспитанников 4-9 классов составлена на основе следующих нормативных документов:

- - Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013 – 2020 г.г. от 15.05.2013 г. № 792 – р;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 (Зарегистрировано в Минюсте России 20 августа 2014 г. N 33660)
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ № 1726-р от 4 сентября 2014 г.), план мероприятий на 2015-2020 годы по ее реализации (Распоряжение Правительства РФ № 729-р от 24 апреля 2015 г.)
- Устав МБУДО «Центр внешкольной работы Балтасинского муниципального района на РТ»
- «Методические рекомендации по проектированию современных дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ /сост. Идрисов Р. А., Владимирова Ю.Ю., Ярмакеева С.А. – Казань: ГБУ ДО «РЦВР», 2017.-27с.
- Положение МБУДО «ЦВР» О дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога.

**Актуальность:** Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Национальная борьба» с использованием дистанционных образовательных технологий.

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые, в основном, с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников (ст. 16 ФЗ от 29.12.2012 №273 ФЗ (ред. От 21.07.2014) «Об образовании».

Цели дистанционного обучения:

- предоставление различным социальным группам равных образовательных возможностей;
- получение дополнительного образования учащимися параллельно с их непосредственной учебной деятельностью;

Сегодня применяются различные формы (методы) дистанционных занятий:

- чат – занятия (с использованием чат – технологий);
- веб – занятия (дистанционные уроки, конференции, семинары, деловые игры, лабораторные работы, практикумы и др. формы, проводимые с использованием средств телекоммуникаций);
- телеконференция;
- почтовая рассылка учебно-методических материалов, видео- и аудиофайлов.

К особенностям дистанционного обучения можно отнести:

- гибкость (нет необходимости посещать занятия в виде лекций, семинаров, а можно работать в удобное время, в удобном месте);
- модульность (каждый отдельный курс создает целостное представление об определенной области знаний, позволяет из выбора независимых курсов - модулей

формировать учебную программу, отвечающую индивидуальным или групповым потребностям);

- экономическая эффективность (эффективное использование учебных площадей, технических средств, благодаря привлечению информационных и телекоммуникационных технологий).

Татарская борьба – один из популярнейших среди молодежи видов спорта, имеющий огромное воспитательное, оздоровительное и прикладное значение. Занятия борьбой в полной мере обеспечивают: укрепление здоровья и всестороннее гармоничное развитие юных спортсменов и их физической подготовленности; формирование жизненно важных умений и навыков, составляющих основу техники и тактики борьбы, а также необходимых в быту, трудовой и оборонной деятельности; вооружение юных спортсменов специальными занятиями; формирование коммунистического мировоззрения; нравственное воспитание юных спортсменов; воспитание основных психических качеств; привитие навыков личной и общественной гигиены, подготовку инструкторов-общественников и судей по борьбе, педагогического и врачебного контроля.

В секцию спортивной борьбы принимаются мальчики, желающие систематически заниматься борьбой, прошедшие обязательный медицинский контроль и допущенные к занятиям врачом. Начальный возраст занятий борьбой- 8-10 лет.

Во время дистанционного обучения теоретические занятия проводятся в комплексе с практическими занятиями. При проведении теоретических занятий целесообразно отдельное положение теорий подкреплять примерами с практики, иллюстрировать их схемами, таблицами, рисунками и другими наглядными пособиями. Их лучше изготовить в виде слайдов. Это позволит создать со временем хороший методический комплекс, не требующий много места для хранения.

Цель учебных занятий заключается в усвоении нового материала. В процессе учебно-тренировочных занятий не только разучивается новый материал закрепляется пройденный ранее, но большое внимание уделяется повышению общей и специальной работоспособности. Онлайн тренировочные занятия целиком посвящаются эффективности выполнения ранее изученных движений и повышению работоспособности. Контрольные занятия проводятся с целью проверки уровня готовности юных спортсменов.

#### **Основные задачи**

Центр внешкольной работы, являясь учреждением дополнительного образования, призван способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям.

Изложенный в программе материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих задач:

- содействие гармоничному физическому и психическому развитию, разносторонней физической подготовке, укреплению здоровья воспитанников;
- воспитание смелых, волевых, настойчивых, инициативных, трудолюбивых и дисциплинированных спортсменов, готовых к трудовой деятельности и защите Родины;
- обучение технике и тактике борьбы, подготовка квалифицированных юных спортсменов;
- подготовка грамотных инструкторов и судей по борьбе.

Программа рассчитана для подростков 8-17 лет. Объединение могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача-педиатра, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом спорта.

Количество учащихся в группах 17 человек.

**Режим и формы занятий:** дистанционные занятия в режиме онлайн по 20 мин. Согласно требованиям СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03, по 6 часа в неделю. Форма занятий - групповая, с использованием дистанционных образовательных программ.