МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ПРАВИТЕЛЬСТВА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
АДМИНИСТРАЦИИ ПЕТРОГРАДСКОГО
РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат № 20 Петроградского района
Санкт – Петербурга

РАССМОТРЕНО на педагогическом совете ОДОД заведующий ОДОД Рябцова М.В. Протокол №1 от 28.08.2026 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор Манаскурт Т.Ю. Приказ № 7-ОДОД от 28.08.2026 г.

Директор Манаскурт Татьяна Юрьевна

Подписано цифровой подписью: Директор Манаскурт Татьяна Юрьевна
DN: cn=Директор Манаскурт Татьяна Юрьевна, o=Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа-интернат № 20 Петроградского района Санкт-Петербурга, email=info.gbou20petr@obr.gov.spb.ru, c=RU
Дата: 2026.08.28 15:06:10 +03'00'

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа

«Дзюдо»

Срок освоения: 2 года

Возраст обучающихся: 7-18 лет

разработчик:

Беляев С.Ю.,

педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

АДОП разработана в соответствии с нормативными правовыми документами.

Направленность программы

АДОП «Дзюдо» относится к программе физкультурно-спортивной направленности. «Дзюдо» — это вид спортивной борьбы, культивируемый в большинстве стран мира. В России дзюдо является одним из популярных видов спорта. На сегодняшний день дзюдо является олимпийским видом спорта.

Адресат программы:

Пол, возраст детей, участвующих в освоении программы: АДОП «Дзюдо» адресована для детей 7-18 лет;

Степень сформированности интересов и мотивации к данной предметной области – не требуется;

Наличие базовых знаний– не требуется;

Наличие специальных способностей- не требуется;

Наличие определенной практической подготовки по направлению программы – не требуется;

Физическое здоровье детей – отсутствие противопоказаний.

Актуальность

Данная дополнительная общеразвивающая программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует:

- созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся с ОВЗ,
- удовлетворению индивидуальных потребностей обучающихся с ОВЗ в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся с ОВЗ. Занятия этим видом единоборства направлены на физическое и духовное совершенствование личности на основе совершенствования техники, тактики и философии дзюдо.

Также в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с дошкольного и младшего школьного возраста.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок освоения программы:

программа рассчитана на 2 года обучения по 2 часа 1 раз в неделю на первом году обучения, по1 часу 2 раза в неделю на втором году обучения.

Общее количество учебных часов за 2 года: 144 часа (1 год обучения – 72 часа, 2 год обучения – 72 часа).

Цель и задачи программы:

Цель программы – приобщение к здоровому образу жизни, обеспечение возможности овладения первоначальными навыками борьбы дзюдо, формирование моральных и волевых качеств.

Задачи

Обучающие:

- дать представление о необходимых навыках безопасного падения на различных покрытиях;
- научить основам техники борьбы дзюдо;
- подготовить к действиям в различных ситуациях самозащиты.

Развивающие:

- предоставить возможность реализовать и развить физические качества (сила, выносливость, быстрота, гибкость и ловкость);
- развивать целеустремлённость и настойчивость;
- развивать внимание и концентрацию учащихся.

Воспитательные:

- формировать устойчивый интерес к занятиям дзюдо;
- формировать мотивацию к здоровому образу жизни;
- организовать возможность воспитания и развития моральных и волевых качеств.

Планируемые результаты освоения программы

По окончанию обучения по АДОП «Дзюдо» учащиеся овладеют следующими результатами.

Личностные результаты:

- проявят учебно – познавательный интерес к занятиям дзюдо;
- овладеют навыками здорового образа жизни;
- получат возможность воспитать и развить моральные и волевые качества;
- овладеют навыками самостоятельной работы и работы в группе при выполнении практических упражнений;
- проявят способность к самооценке на основе критерия успешности деятельности.

Метапредметные результаты:

- разовьют целеустремлённость, настойчивость; концентрацию и внимание;
- получат возможность реализовать и развить свои физические возможности;
- получат возможность усвоить способы универсальных учебных действий и коммуникативных навыков, которые обеспечивают способность учащихся к самостоятельному усвоению новых знаний и навыков;
- разовьют мотивацию, потребность в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности;
- разовьют способность адекватно воспринимать оценку своих работ и окружающих.

Предметные результаты:

- получат представления о необходимых навыках безопасного падения на различных покрытиях;
- освоят основные техники борьбы дзюдо;

- познакомятся с действиями в различных ситуациях самозащиты.

Организационно-педагогические условия реализации программы.
Язык реализации: обучение осуществляется на русском языке.
Форма обучения: очная.
Условия набора в коллектив: принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью.
Условия формирования групп: группы разновозрастные, допускается дополнительный набор учащихся после собеседования.
Количество обучающихся в группе: в соответствии постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. №26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» наполняемость в группах 1-го и 2-го года обучения составляет 10 человек.

Формы организации занятий.
Занятия в объединении могут проводиться: всем составом объединения, по группам или индивидуально (если необходимо отработать отдельные навыки).

Формы проведения занятий.
Основной формой является учебное занятие. Оно может быть построено как традиционно, так могут быть: игра, мастер-класс, презентация, практические занятия, посещение и участие в соревнованиях.

Формы организации деятельности учащихся на занятии.
- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение, мастер-класс и т.д);
- групповая: организация работы (совместные действия, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося. Группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности;
- индивидуальная: организация работы для коррекции пробелов и отработки отдельных навыков.

Материально-техническое обеспечение курса

№№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Кол-во
Технические средства обучения		
1.	Доска маркерная	1
Учебно-практическое оборудование		
1	Татами	10
2	Скакалки	10
3	Мячи	10
4	Скамейки	2

Кадровое обеспечение.
АДОП «Дзюдо» реализует педагог дополнительного образования без привлечения узкопрофильных специалистов.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Инструктаж по технике безопасности. Вводное занятие.	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, опрос, выполнение заданий.
2.	Общеукрепляющая физическая подготовка	26	6	20	Беседа, педагогическое наблюдение, мастер-класс, выполнение упражнений.
3.	Специальная техническая подготовка «Дзюдо»	42	7	35	Беседа, педагогическое наблюдение, мастер-класс, выполнение упражнений.
4.	Итоговое занятие	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, мониторинг.
	Всего	72	16	56	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1.	Инструктаж по технике безопасности. Вводное занятие.	2	2		Беседа, педагогическое наблюдение, опрос, выполнение заданий.
2.	Общеукрепляющая физическая подготовка	20	3	17	Беседа, педагогическое наблюдение, мастер-класс, выполнение упражнений.
3.	Технико-тактическая подготовка	48	8	40	Беседа, педагогическое наблюдение, мастер-класс, выполнение упражнений, отработка приемов.
4.	Итоговое занятие	2	1	1	Беседа, педагогическое наблюдение, мониторинг.
	Всего	72	14	58	

УТВЕРЖДЕН
Приказ № 7-ОДОД от 28.08.2026г.
Директор
ГБОУ школы-интерната № 20
_____ / Т.Ю. Манаскурт

«28» августа 2026г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Дзюдо» на 2026/2027 уч. год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во уч. недель	Кол-во уч. дней	Кол-во уч. часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026г.	26.05.2027г.	36	72	72	1 раз в неделю по 2 часа
2 год	01.09.2026г.	26.05.2027г.	36	72	72	2 раза в неделю по 1 часу

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеразвивающей программе
«Дзюдо»

Содержание программы 1-го года обучения

1. Вводное занятие.

Теоретическая подготовка имеет немаловажное значение в подготовки дзюдоиста.

Главная её задача состоит в том, чтобы научить спортсмена осмыслить и анализировать действия на татами, как свои, так и соперника, не механически выполнять указания тренера, а творчески подходить к ним. Начинающих дзюдоистов необходимо приучить посещать соревнования, изучать техническую и тактическую подготовленность соперников, следить за действиями судей, их реакций на действия дзюдоистов, просматривать фильмы и видео фильмы по дзюдо и спортивные репортажи.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке. Она органически связана с физической техникой – тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний. Дзюдоист, как и любой другой спортсмен, должен обладать высокими моральными и волевыми качествами, быть достойным гражданином России, с честью представлять свою школу, клуб, свой город, страну на соревнованиях любого ранга.

Воспитание морально- волевых качеств начинается с первых шагов в дзюдо, когда в школе нужно научится подчинять свои интересы общественным. Выполнять все требования тренера, болеть душой за честь коллектива. Необходимо воспитать у юных дзюдоистов правильное уважительное отношение к товарищам по школе, к соперникам, к тренеру, к судьям, к зрителям.

Необходимо ознакомить обучающихся с правилами гигиены, спортивной дисциплины и соблюдением чистоты в спортивном помещении.

Учебный материал распределяется на весь учебный год. При проведении теоретических занятий в группах следует учитывать возраст занимающихся и излагать теоретический материал в доступной им форме, без сложных специальных терминов. В зависимости от конкретных условий работы в план теоретической подготовки можно вносить коррективы.

2. Общеукрепляющая физическая подготовка

Строевые и порядковые упражнения: общее понятие о строевых упражнениях и командах. Действия в строю на месте и в движении, построения, расчет, рапорт, приветствие, повороты, перестроения, перемена направления движения, остановки во время движения, движение шагом и бегом. Переходы с бега на шаг, с шага на бег, изменение скорости движения.

Ходьба: обычная, спортивная, спиной вперед, на носках, на пятках, в полуприседе, в приседе, с выпадами, на коленях, приставным шагом, скрёстным шагом.

Бег: на короткие дистанции из различных стартовых положений, на средние дистанции, по пересеченной местности (кросс), с преодолением различных препятствий, по песку, воде, спиной вперед, с высоким подниманием бедра, в равномерном темпе, с ускорениями, с изменением направления движения и т.д.

Прыжки: в длину, в высоту, с места и разбега, на одной и двух ногах, со сменой положения ног, с одной ноги на другую, с поворотами, с вращением, через скакалку, через партнера, выпрыгивания на разные высоты и т.д.

Метания: теннисного мяча, толкание набивного мяча из различных положений ит.д.

Гимнастические упражнения без предметов: упражнения для мышц рук и плечевого пояса, туловища, ног, упражнения на расслабление, дыхательные упражнения, упражнения для формирования правильной осанки.

Упражнения на гимнастических снарядах: на перекладине, на канате, на гимнастической стенке.

Подвижные игры и эстафеты: с элементами бега, прыжков, ползанья, лазания, метания, кувырков, с сохранением равновесия, с предметами, элементами спортивных игр, комбинированные эстафеты.

Спортивные игры: баскетбол, регби на коленях, футбол,- ознакомление с основными элементами техники и тактики игры, правилами соревнований, двусторонние игры.

3. Специальная физическая подготовка

Акробатические упражнения: кувырки вперед из упора присев, из основной стойки, из стойки на голове и руках, из положения сидя в группировке, длинный кувырок с прыжка, кувырки через левое и правое плечо, комбинация кувырков, кувырки спиной вперед, кувырки через препятствия, перевороты боком.

Упражнения для укрепления мышц шеи: наклоны головы вперед с упором в подбородок, наклоны головы вперед и назад с упором соединенных рук на затылке, движение головы вперед и назад, в стороны из упора головы в ковер с помощью и без помощи рук, движения вперед-назад, в стороны.

Упражнения на борцовском мосту: вставание на борцовский мост, лежа на спине, из стойки с помощью партнера, накаты вперед-назад на борцовском мосту, забегания на борцовском мосту с помощью и без помощи партнера.

Упражнения в самостраховке: перекаты в группировке на спине, падение на спину из положения сидя, из приседа, из полуприседа, кувырок вперед через правое и левое плечо, падение вперед с опорой на кисти из стойки на коленях.

Имитационные упражнения: имитация оценочных действий и приемов без партнера, имитация разучиваемых оценочных действий и приемов с партнером с отрывом и без отрыва от ковра.

Упражнения с партнером: переноска партнера на спине, приседания стоя спиной друг к другу, круговые вращения, ходьба на руках с помощью партнера, кувырки вперед и назад захватив ноги партнера, теснение стоя спиной и лицом друг к другу.

Игры в касания: смысл игры – кто вперед коснется определенной части тела соперника. Игры в касания рассматриваются как упражнения, способствующие развитию серии качеств: видеть соперника, распределять и концентрировать внимание, перемещаться самостоятельно, творчески решать двигательные задачи.

Номера заданий для игр в касания:

№ п/п	Место касания	Способы касания руками			
		Любой	Правой	Левой	Обеими
1.	Затылок	1	11	12	31
2.	Спина	2	13	14	32
3.	Поясница	3	15	16	33
4.	Передняя часть живота	4	17	18	34
5.	Левая часть живота	5	19	20	35
6.	Левая подмышечная впадина	6	21	22	36
7.	Левое плечо	7	23	24	37

8.	Правая часть живота	8	25	26	38
9.	Правая подмышечная впадина	9	27	28	39
10.	Правое плечо	10	29	30	40

Способы усложнения игр:

- Место касания прикрывать нельзя
- Место касания прикрывать можно
- Захватывать руки соперника нельзя
- Захватывать руки соперника можно
- Ограничение площади игрового поля
- Запрещение отступать
- Менее подготовленный учащийся получает гандикап
- Вводится «наказание» проигравшим в виде выполнения упражнений повышенной трудности (с тем, чтобы не возникло равнодушия к проигрышу).

Игры в блокирующие захваты: суть игры в блокирующие захваты заключается в том, что один из играющих, осуществив в исходном положении захват, стремится удержать его до конца поединка (от 3 до 5 секунд, максимально – 10 секунд). Игры проводятся на ограниченной площади (круг, квадрат, коридор).

№ п/п	Зоны (части тела) захватов – упоров, выполненных руками		Особенности захвата			
	Левой	Правой	Не прижимая руку к туловищу		Прижимая руку к туловищу	
			Захват изнутри	Захват снаружи	Захват изнутри	Захват снаружи
1.	Правую кисть	Левую кисть	1	18	35	52
2.	Упор в грудь	Левую кисть	2	19	36	53
3.	Упор в живот	Левую кисть	3	20	37	54
4.	Упор в плечо	Левую кисть	4	21	38	55
5.	Упор в предплечье	Левую кисть	5	22	39	56
6.	Левую кисть	Левую кисть	6	23	40	57
7.	Правую кисть	Правую кисть	7	24	41	58
8.	Правую кисть	Упор в грудь	8	25	42	59
9.	Правую кисть	Упор в живот	9	26	43	60
10.	Правую кисть	Упор в плечо	10	27	44	61
11.	Правую кисть	Упор в предплечье	11	28	45	62
12.	Левое предплечье	Левую кисть	12	29	46	63
13.	Левый локоть	Левую кисть	13	30	47	64
14.	Левое плечо	Левую кисть	14	31	48	65
15.	Левую кисть	Правое предплечье	15	32	49	66
16.	Правую кисть	Правый локоть	16	33	50	67
17.	Правую кисть	Правое плечо	17	34	51	68

Данный игровой материал одновременно является упражнением определенных, нестандартных двигательных задач. Поэтому на начальном этапе освоения игр не следует сразу показывать способы наиболее рационального освобождения из захватов, предоставив

учащимся самостоятельно, творчески найти их. В дальнейшем, когда ребенок научится самостоятельно решать поставленные перед ним задачи, идет уточнение техники выполнения, выбор оптимальных ее вариантов. Последовательное изучение блокирующих захватов в группах СОП и НП должно идти по пути надежного освоения и решения задач, прежде всего с игр с 1 по 34 номер.

Игры в теснение: это не просто выталкивание, это теснение противника активными действиями из зоны поединка (по правилам соревнований: выход соперника за площадь ковра оценивается как 1 балл в пользу атакующего борца), парализуя его попытки к действиям и вынуждая к отступлению. Значение данного упражнения для формирования качеств, необходимых борцу, огромно. Умелое использование игр в касания и в блокирующие захваты с постепенным переходом к элементам в теснение соперника, учит детей пониманию психологического состояния конкурентов, умению использовать его слабые стороны, приучает не отступать, «гасить» усилия соперника, разрывать захват, перемещаться и действовать в ограниченном пространстве. Теснение – это уже соревнование, борьба, а борец, получивший ряд предупреждений за выходы с ковра в захвате, снимается с поединка. Игры с заданием теснить соперника являются базовой подготовкой к овладению элементов техники борьбы.

При проведении игр необходимо придерживаться следующих правил:

- Соревнования проводятся на ковре, площадках с очерченным кругом 3, 4, 6 м.
- В соревнованиях участвуют все обучающие
- Количество игровых попыток должно быть нечетным, чтобы выявить победителя
- Факт победы – выход ногами за черту площади, касание рукой, ногой черты ограниченной площади

Игры в теснение являются практическим шагом в воспитании сильного, мужественного характера подростка в самом начале его спортивного пути. Очень важно чтобы тренер-преподаватель в доступной форме объяснил значимость игр-заданий, создал соответствующую атмосферу и условия для освоения игрового материала.

Игры в дебюты: данный комплекс игр должен явиться одним из основных во всей системе игр, используемых для закрепления и совершенствования приобретенных навыков и качеств в усложненных условиях. Суть игры – начать поединок, находясь в различных позах и положениях, относительно друг к другу. Быстрая ориентировка в неожиданно сложившейся ситуации, искусство владеть своим телом, ловкий маневр помогают эффективно начать прерванный поединок даже в невыгодных условиях. Своевременно блокировать или ограничивать действия соперника. На этой основе предлагаются следующие положения при проведении игр в дебюты:

- Спина к спине
- Левый бок к левому (и наоборот)
- Левый бок к правому
- Один соперник на коленях, другой – стоя
- Оба соперника на коленях
- Соперники лежат на спине
- Соперники стоят на борцовском мосту

Цель задания заключается в том, что побеждает тот, кто вынудил соперника выйти за пределы круга (наступить на черту), коснуться ковра заранее указанной частью тела, оказался сзади за спиной, сбил соперника на колени или положил на лопатки.

Игры в дебюты позволяют оценить, насколько усвоен весь предыдущий материал, каким способам действий отдают предпочтение ученики. Время, отводимое на решение поставленной задачи, не должно превышать 10-15 секунд.

Игры в перетягивания для развития силовых качеств: парные и групповые перетягивания захватом за руки, за палку, перетягивание каната.

Игры за овладение обусловленного предмета для формирования навыков маневрирования, развития скоростных и скоростно-силовых качеств.

4. Итоговое занятие.

Обобщение пройденного материала, контроль знаний.

Календарно-тематическое планирование 1 года обучения

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	
			Теория	Практика
1.		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	
2.		Краткий исторический обзор развития спортивной борьбы. Общие понятия о гигиене.	1	
3.		Строевые упражнения (строевые команды, построения, повороты, и др.). Адаптация к физическим нагрузкам.	1	
4.		Строевые упражнения (строевые команды, построения, повороты, и др.). Адаптация к физическим нагрузкам.		1
5.		Строевые упражнения. Адаптация к физическим нагрузкам. Подвижные игры, эстафеты. Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики.	1	
6.		Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики. Захваты, игры в касания руками, ногами и другие борцовские игры.		1
7.		Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики. Захваты, игры в касания руками, ногами и другие борцовские игры.	1	
8.		Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики. Захваты, игры в касания руками, ногами и другие борцовские игры.		1
9.		Оборудование и инвентарь в спортивной борьбе – техника безопасности.	1	
10.		Борцовские игры на выталкивания «Петушиные бои». Общеразвивающие упражнения.		1
11.		Борцовские игры на выталкивания «Петушиные бои». Общеразвивающие упражнения.	1	
12		Борцовские игры на выталкивания «Петушиные бои». Общеразвивающие упражнения.		1
13.		Борцовские игры на выталкивания «Петушиные бои». Общеразвивающие упражнения.		1

14.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.	1	
15.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.		1
16.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.		1
17.		Общеразвивающие упражнения.		1
18.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.	1	
19.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.		1
20.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.		1
21.		Командные игры.	1	
22.		Командные игры.		1
23.		Командные игры.		1
24.		Общеразвивающие упражнения.	1	
25.		Общеразвивающие упражнения.		1
26.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.		1
27.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений.		1
28.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Выведение из равновесия. Выталкивания.		1
29.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Выведение из равновесия. Выталкивания.		1
30.		Основы техники. Стойки в борьбе. Перетягивание каната. Игра в «чехарду». Правила соревнований.	1	
31.		Основы техники. Стойки в борьбе. Перетягивание каната. Игра в «чехарду».		1
32.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.	1	
33.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.		1
34.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.		1
35.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.		1
36.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Борьба в партере.		1

37.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Борьба в партере.		1
38.		Борьба в партере. Акробатические прыжки, кувырки, перевороты. Прыжки на скакалке, бег с сопротивлением.		1
39.		Борьба в партере. Акробатические прыжки, кувырки, перевороты. Прыжки на скакалке, бег с сопротивлением.		1
40.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.	1	
41.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
42.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Подвижные игры.		1
43.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Подвижные игры. Эстафета с набивным мячом.		1
44.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Подвижные игры. Эстафета с набивным мячом.		1
45.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Подвижные игры. Эстафета с набивным мячом.		1
46.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
47.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
48.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
49.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
50.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Борцовское регби.	1	
51.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Борцовское регби.		1
52.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Борцовское регби.		1
53.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Борцовское регби.		1

54.		Общеразвивающие упражнения. Борьба в партере.		1
55.		Общеразвивающие упражнения. Борьба в партере.		1
56.		Общеразвивающие упражнения. Борьба в партере.		1
57.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники.		1
58.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники.		1
59.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники.		1
60.		Общеразвивающие упражнения. Игра «Вышибала», Эстафеты.	1	
61.		Общеразвивающие упражнения. Игра «Вышибала», Эстафеты.		1
62.		Общеразвивающие упражнения. Игра «Вышибала», Эстафеты.		1
63.		Общеразвивающие упражнения. Игра «Вышибала», Эстафеты.		1
64.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники. Игровые схватки.	1	
65.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники. Игровые схватки.		1
66.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники. Игровые схватки.		1
67.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники. Игровые схватки.		1
68.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники. Игровые схватки.		1
69.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники. Игровые схватки.		1
70.		Специальные физические упражнения на гибкость, ловкость, координацию движений. Основы техники. Игровые схватки.		1
71.		Итоговое занятие.	1	

72.		Итоговое занятие.		1

Содержание программы 2-го года обучения

1. Вводное занятие.

Повторение и закрепление теоретических знаний, полученных на 1-ом году обучения.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировки. Она органически связана с физической техникой – тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний. Дзюдоист, как и любой другой спортсмен, должен обладать высокими моральными и волевыми качествами, быть достойным гражданином России, с честью представлять свою школу, клуб, свой город, страну на соревнованиях любого ранга.

Повторение правил гигиены, спортивной дисциплины и правил соблюдений чистоты в спортивном помещении.

Учебный материал распределяется на весь учебный год. При проведении теоретических занятий в группах следует учитывать возраст занимающихся и излагать теоретический материал в доступной им форме, без сложных специальных терминов. В зависимости от конкретных условий работы в план теоретической подготовки можно вносить коррективы.

2. Общеукрепляющая физическая подготовка

Строевые и порядковые упражнения: общее понятие о строевых упражнениях и командах. Действия в строю на месте и в движении, построения, расчет, рапорт, приветствие, повороты, перестроения, перемена направления движения, остановки во время движения, движение шагом и бегом. Переходы с бега на шаг, с шага на бег, изменение скорости движения.

Ходьба: обычная, спортивная, спиной вперед, на носках, на пятках, в полуприседе, в приседе, с выпадами, на коленях, приставным шагом, скрёстным шагом.

Бег: на короткие дистанции из различных стартовых положений, на средние дистанции, по пересеченной местности (кросс), с преодолением различных препятствий, по песку, воде, спиной вперед, с высоким подниманием бедра, в равномерном темпе, с ускорениями, с изменением направления движения и т.д.

Прыжки: в длину, в высоту, с места и разбега, на одной и двух ногах, со сменой положения ног, с одной ноги на другую, с поворотами, с вращением, через скакалку, через партнера, выпрыгивания на разные высоты и т.д.

Метания: теннисного мяча, толкание набивного мяча из различных положений ит.д.

Гимнастические упражнения без предметов: упражнения для мышц рук и плечевого пояса, туловища, ног, упражнения на расслабление, дыхательные упражнения, упражнения для формирования правильной осанки.

Упражнения на гимнастических снарядах: на перекладине, на канате, на гимнастической стенке.

Подвижные игры и эстафеты: с элементами бега, прыжков, ползанья, лазания, метания, кувырков, с сохранением равновесия, с предметами, элементами спортивных игр, комбинированные эстафеты.

Спортивные игры: баскетбол, регби на коленях, футбол,- ознакомление с основными элементами техники и тактики игры, правилами соревнований, двусторонние игры.

3. Технико-тактическая подготовка

Стойки (сизей) – правая, левая, высокая. Средняя, низкая, фронтальная, высокая, прямая, полупрямая, согнутая, прогнутая. Передвижения (синтай) – обычными шагами (аюмиаси), подшагиванием (цугиаси). Дистанции (вне захвата, дальняя, средняя, ближняя, вплотную). Повороты (таисабаки) – на 90^0, 180^0 с подшагиванием в различных стойках. Упоры, нырки, уклоны. Захваты (кумиката) – за кимоно, за кимоно и звенья тела (руки, ноги, голени, предплечья, плечи). Падения (укеми) – на бок, на спину, на живот, падения через палку, после кувырка, со стула, держась за руку партнера. Страховка и самостраховка партнера при выведениях из равновесия с последующим его падением (поддержка), поправка позы, оказание помощи при подбивке, рывке, толчке, тяге.

Положения дзюдоиста – по отношению к татами (стоя на стопах, стоя на одной стопе, на стопе и на колене, на коленях, на четвереньках, в упоре на руках и стопах, лежа на спине, на животе, на боку, сед), по отношению к противнику – лицом к лицу, лицом к затылку, спиной к груди, боком к груди, сверху, снизу.

Сближение с партнером – подшагивание, подтягивание к партнеру, подтягивание партнера, отдаление от партнера – отшагивание, отталкивание от партнера, отталкивание партнера.

Усилия дзюдоиста, направленное на нарушение равновесия противника вперед (тяга двумя руками, тяга левой, толчок правой, толчок левой, тяга правой), усилия дзюдоиста, направленные на нарушение равновесия назад (толчок двумя руками, толчок двумя руками с подшагиванием). Проведение поединков с односторонним сопротивлением. Учикоми. Рандори.

Закрепление техники выполнения бросков, удержаний, болевых, удушений посредством многократного их проведения: в стандартных ситуациях, в условиях перемещения противника при нарастающем сопротивлении противника. Освоение комбинаций и контрприемов стоя, лежа, стоя-лежа. Формирование умения вести противоборство с противником в условиях взаимного сопротивления.

Броски – Nage Waza

1. Боковая подсечка – De Ashl-Barai
2. Передняя подсечка в колено – Hiza Guruma
3. Передняя подсечка – Sasae Tsuri Komi Ashi
4. Бросок через бедро скручиванием – Uki Goshi
5. Отхват – O Soto Gari
6. Бросок через бедро – O Goshi
7. Зацеп изнутри – O Uchi Gari
8. Бросок через спину – Seol Nage

Приемы борьбы лежа – Ne Waza

1. Удержание сбоку – Hon Kesa Gatame
2. Удержание сбоку с выключением руки – Kata Gatame
3. Удержание поперек – Yoko Shiho Gatame
4. Удержание со стороны головы захватом пояса – Kami Shiho Gatame
5. Удержание верхом – Tate Shiho Gatame
6. Рычаг локтя через бедро от удержания сбоку – Kesa-Ude-Hishigi Gatame.

Самооборона

Освобождение от захватов руки, рук, туловища спереди, сзади, шеи спереди, сзади.

Основы тактики:

Тактика проведения захватов и бросков, удержаний и болевых

Использование сковывающих, опережающих, выводящих из равновесия действий, обманных (угрозы, вызовы, комбинации, контратаки) действий для проведения захватов, бросков, удержаний, болевых.

Тактика ведения поединка:

- Сбор информации о противниках (вес, рост, физическое развитие)
- Постановка цели поединка (победить, не дать победить противнику)
- Проведение поединков с различными партнерами по заданию тренера
- Проведение поединка по формуле 2 минуты в стойке, 2 минуты в борьбе лежа
- Перед поединком с конкретным противником задумать (спланировать) проведение конкретных бросков, удержаний, болевых и в поединке добиться их успешного выполнения

4. Итоговое занятие.

Обобщение пройденного материала, контроль знаний.

Календарно-тематическое планирование 2 года обучения

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	
			Теория	Практика
1.		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	
2.		Вводное занятие. Краткий исторический обзор развития спортивной борьбы. Общие понятия о гигиене.	1	
3.		Строевые упражнения (строевые команды, построения, повороты, и др.). Адаптация к физическим нагрузкам.	1	
4.		Строевые упражнения (строевые команды, построения, повороты, и др.). Адаптация к физическим нагрузкам.		1
5.		Строевые упражнения. Адаптация к физическим нагрузкам. Подвижные игры, эстафеты. Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики.	1	
6.		Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики. Захваты, игры в касания руками, ногами и другие борцовские игры.		1
7.		Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики. Захваты, игры в касания руками, ногами и другие борцовские игры.		1
8.		Изучение и совершенствование страховок, элементов акробатики. Захваты, игры в касания руками, ногами и другие борцовские игры.		1
9.		Общеразвивающие упражнения.		1
10.		Общеразвивающие упражнения.		1

11.		Оборудование и инвентарь в спортивной борьбе – техника безопасности. Основы техники. Стойки.	1	
12		Основы техники. Стойки.		1
13.		Основы техники. Стойки.		1
14.		Основы техники. Стойки.		1
15.		Основы техники. Стойки.		1
16.		Основы техники. Стойки.		1
17.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.	1	
18.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.		1
19.		Основы техники. Положение дзюдоиста.	1	
20.		Основы техники. Положение дзюдоиста.		1
21.		Основы техники. Положение дзюдоиста.		1
22.		Основы техники. Положение дзюдоиста.		1
23.		Основы техники. Положение дзюдоиста.		1
24.		Основы техники. Положение дзюдоиста.		1
25.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.		1
26.		Общеразвивающие упражнения. Основы техники. Борьба в партере.		1
27.		Основы техники. Сближение с партнёром.	1	
28.		Основы техники. Сближение с партнёром.		1
29.		Основы техники. Сближение с партнёром.		1
30.		Основы техники. Сближение с партнёром.		1
31.		Основы техники. Сближение с партнёром.		1
32.		Основы техники. Сближение с партнёром.		1
33.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
34.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
35.		Основы техники. Броски.	1	
36.		Основы техники. Броски.		1
37.		Основы техники. Броски.		1
38.		Основы техники. Броски.		1
39.		Основы техники. Броски.		1
40.		Основы техники. Броски.		1
41.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
42.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
43.		Основы техники. Приёмы борьбы лёжа.	1	
44.		Основы техники. Приёмы борьбы лёжа.		1
45.		Основы техники. Приёмы борьбы лёжа.		1
46.		Основы техники. Приёмы борьбы лёжа.		1

47.		Основы техники. Приёмы борьбы лёжа.		1
48.		Основы техники. Приёмы борьбы лёжа.		1
49.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
50.		Общеразвивающие упражнения. Подвижные игры.		1
51.		Основы техники. Самооборона.	1	
52.		Основы техники. Самооборона.		1
53.		Основы техники. Самооборона.		1
54.		Основы техники. Самооборона.		1
55.		Основы техники. Самооборона.		1
56.		Основы техники. Самооборона.		1
57.		Общеразвивающие упражнения. Борьба в партере.		1
58.		Общеразвивающие упражнения. Борьба в партере.		1
59.		Основы тактики.	1	
60.		Основы тактики.		1
61.		Основы тактики.		1
62.		Основы тактики.		1
63.		Общеразвивающие упражнения. Игра «Вышибала», Эстафеты.		1
64.		Общеразвивающие упражнения. Игра «Вышибала», Эстафеты.		1
65.		Основы тактики. Тактика ведения поединка.	1	
66.		Основы тактики. Тактика ведения поединка.		1
67.		Основы тактики. Тактика ведения поединка.		1
68.		Основы тактики. Тактика ведения поединка.		1
69.		Основы тактики. Тактика ведения поединка.		1
70.		Основы тактики. Тактика ведения поединка.		1
71.		Итоговое занятие.	1	
72.		Итоговое занятие.		1

Методические и оценочные материалы

Список литературы для педагога

1. Акопян А. О. Дзюдо. Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва : методическое пособие / О. А. Акопян, В.В. Кащавцев, Т. П. Клименко. – Москва: Издательство Советский спорт, 2003. – 96 с. – ISBN 5-85009-839-9

2. Дзигоро Кано Кодокан Дзюдо : методическое пособие / Дзигоро Кано. – Ростов-на-Дону : Издательство Феникс, 2000. – 445 с. – ISBN 5-222-00548-8

3. Донской Д. Д. Биомеханика : учебное пособие / Д. Д. Донской. – Москва : Издательство Просвещение, 1975. – 239 с. – ISBN 5-1165901-А

4. Ерегина С. В. Комплексная оценка физической подготовленности дзюдоистов : учебное пособие / С. В. Ерегина, К. Н. Тарасенко. – Москва : Издательство Советский спорт, 2007. – 128 с. – ISBN 978-5-9718-0675-2

5. Путин В. В. Дзюдо: история, теория, практика : учебно-методическое пособие / В. В. Путин, В. Б. Шестаков, А. Г. Левицкий. – Архангельск: Издательский Дом «СК», 2000. – 154 с.

6. Семенов Л. А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: биологические и психолого-педагогические аспекты : методическое пособие / Л. А. Семенов. – Москва : Советский спорт, 2005. – 142 с. – ISBN 5-85009-969-7

7. Сиденко А. Игровой подход в обучении : учебное пособие / А. Сиденко. – Москва : Издательство Народное образование, 2000. – 137 с. – ISSN 0130-6928

8. Шестаков В. Б. Теория и методика детско-юношеского дзюдо : учебно-методическое пособие / В. Б. Шестаков. – Москва : Издательство Олма Медиа Групп, 2008. – 216 с. – ISBN 978-5-373-01750-3

Список литературы для детей и родителей

1. Иванов А. А. Король дзюдо : учебное пособие. / А. А. Иванов. – Москва : Стрекоза, 2019. – 192 с. - ISBN: 978-5-9951-4095-5

2. Кетельхут Р. Дзюдо для детей. Увлекательное учебное пособие для девочек и мальчиков : учебное пособие. / Р. Кетельхут. - Москва : Терра-Спорт, 2003. - 88 с. - ISBN 5-93127-153-8

3. Раевский Б. М. Поединок с самим собой : учебное пособие. / Б. М. Раевский. – Москва : Мелик-Пашае, 2020. – 240 с. - ISBN: 978-5-00041-363-0

Интернет-источники

1. Из самурайской техники в олимпийский вид спорта: как развивалось дзюдо [электронный ресурс]. — Режим доступа: https://rsport.ria.ru/20220812/dzyudo-1808808384.html?ysclid=mfzgt6eikq525807498, свободный (дата обращения: 07.08.2024).

2. Рувики : История развития японского боевого искусства дзюдо [электронный ресурс]. — Режим доступа: https://ru.m.ruwiki.ru/wiki/Дзюдо, свободный (дата обращения: 07.08.2024).

Зачётные требования

Комплекс контрольных упражнений по тестированию уровня общей физической подготовленности

- Бег на 30 метров выполняется на дорожке стадиона или лёгкоатлетическом манеже в спортивной обуви без шипов. В каждом забеге участвуют не мене двух учащихся, результаты регистрируются с точностью до десятой доли секунды.

- Прыжки в длину с места проводятся на нескользкой поверхности. Учащийся встаёт у стартовой линии в исходное положение, ноги параллельно, и толчком двумя ногами при взмахе рук совершает прыжок.

Приземление происходит одновременно на обе ноги на покрытие, исключающие жесткое приземление. Измерение осуществляется стальной рулеткой по отметке, расположенной ближе к стартовой линии, записывается лучший результат из трёх попыток в сантиметрах.

- Челночный бег 3х10 метров выполняется с максимальной скоростью. Учащийся встают у стартовой линии лицом к стокам, по команде обегает стойки. Время фиксируется до десятой доли секунды.

- Подтягивание из виса на перекладине для мальчиков. Подтягивание выполняется из виса на прямых руках хватом сверху. Необходимо подтянуться так, чтобы подбородок был выше перекладины; движение выполняется без рывков и маховых движений ногами.

- Вис на перекладине для девочек. Повиснуть на перекладине любым удобным хватом рук. Висеть на время. Остальное тело при этом должно быть расслаблено. Затем спрыгнуть вниз (страховка тренера-преподавателя).

Приложение 1

ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ОФП

виды упражнений	Возраст 7 – 9 лет		
	Отличный уровень	Хороший уровень	Удовлетворительный уровень
Подтягивание из виса на перекладине	М 3	2	1
Вис на перекладине	Д 45 секунд	30 секунд	20 секунд
Челночный бег 3/10	М 10,1 и ниже Д 10,3 и ниже	10,3-11,0 10,6-11,3	11,4 и ниже 11,9
Прыжки в длину с места	М 135 и выше Д 125 и выше	115 – 120 100 - 110	100 и ниже 85 и ниже

виды упражнений	Возраст 10 – 12 лет		
	Отличный уровень	Хороший уровень	Удовлетворительный уровень
Подтягивание из виса на перекладине	М 4	2-3	1
Вис на перекладине	Д 60 секунд	45 секунд	30 секунд
Бег 30 метров	М 5,8 секунд Д 6,1 секунд	6,2 6,5	6,6 6,9
Челночный бег 3/10	М 10,1 и ниже Д 10,3 и ниже	10,3-11,0 10,6-11,3	11,4 и ниже 11,9
Прыжки в длину с места	М 135 и выше Д 125 и выше	115 – 120 100 - 110	100 и ниже 85 и ниже

виды упражнений	Возраст 12 – 14 лет		
	Отличный уровень	Хороший уровень	Удовлетворительный уровень
Подтягивание из виса на перекладине	М 5	3 - 4	2
Вис на перекладине	Д 60 секунд	45 секунд	30 секунд
Бег 30 метров	М 5,7 секунд Д 5,8 секунд	6,2 6,3	6,5 6,6
Челночный бег 3/10	М 8,8 и ниже Д 9,3 и ниже	9,9-9,3 9,7-10,3	10,2 и ниже 10,8
Прыжки в длину с места	М 170 и выше Д 160 и выше	130 – 150 125 - 150	120 и ниже 110 и ниже

виды упражнений	Возраст 15 – 17 лет		
	Отличный уровень	Хороший уровень	Удовлетворительный уровень
Подтягивание из виса на перекладине	М 7	5-6	4
Бег 30 метров	М 5,6 секунд Д 5,7 секунд	5,7 6,0	5,8 6,2
Челночный бег 3/10	М 8,4 и ниже Д 9,0 и ниже	8,9 9,4	9,4 и ниже 9,7
Прыжки в длину с места	М 178 и выше Д 165 и выше	162 147	146 и ниже 124 и ниже
виды упражнений	Возраст 17 лет и старше		
	Отличный уровень	Хороший уровень	Удовлетворительный уровень

Подтягивание из виса на перекладине	М не менее 7 раз	Не менее 5-6 раз	4 раза и ниже
Бег 30 метров	М не более 5,6 секунд Д не более 5,7 секунд	Не более 5,7 с. Не более 6,0 с.	5,8 с. и ниже 6,2 с. и ниже
Челночный бег 3/10	М не более 8,4 с. Д не более 9,0 с.	Не более 8,9 с. Не более 9,4 с.	9,4 с. и ниже 9,7 с. и ниже
Прыжки в длину с места	М не менее 178 см. Д не менее 165 см.	Не менее 162 см. Не менее 147 см.	146 и ниже 124 и ниже

Приложение 2

«Информационная карта
освоения дополнительной общеразвивающей программы учащимися»

Дополнительная общразвивающая программа: «Клуб любителей правопорядка»

Педагог дополнительного образования_____

Группа и год обучения: _____Дата заполнения: _____

№ п/п	ФИО учащихся	Возраст	Показатели			Общий суммарный балл	Уровень освоения
			Теория	Практика	Участие в мероприятиях различного уровня		
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							

Информационная карта № 2
«Определение уровня развития личностных качеств»

- ✓ сформировавшиеся в образовательном процессе качества личности; мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, система ценностных отношений учащихся к себе, другим людям, духовной сфере;
- ✓ результаты, отражающие социальную активность, общественную деятельность, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, нравственно-этическая ориентация.

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
Л1	Терпение/выдержка (организационно-волевое качество)	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	- *низкий уровень* (терпения хватает меньше чем на ½ занятия) - *средний уровень* (терпения хватает больше чем на ½ занятия) - *высокий уровень* (терпения хватает на все занятие)	1 2 3	Наблюдение
Л2	Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребенка в	- *низкий уровень* (интерес к занятиям	1	Наблюдение Беседа

	(ориентационное качество)	освоении дополнительной общеобразовательной программы	продиктован ребенку извне); - *средний уровень* (интерес лишь периодически поддерживается самим ребенком); - *высокий уровень* (интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно)	2 3	
Л3	Познавательная активность	Проявление желания узнать новую информацию	- *Низкий уровень* (не проявляет желания узнать новую информацию) - *Средний уровень (*с интересом слушает, но не задает вопросы) - *Высокий уровень* (с интересом слушает и задает вопросы для расширения кругозора)	1 2 3	Наблюдение Опрос

Информационная карта № 3
«Определение уровня сформированности метапредметных умений учащихся»

Метапредметные результаты:

- ✓ освоенные учащимися общие способы деятельности, ключевые компетенции, применяемые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
М1	Владение логическими действиями сравнения, анализа, обобщения	Способность оперировать логическими действиями	- *низкий уровень* умений (учащийся испытывает серьезные затруднения при выполнении логических действий); - *средний уровень* (учащийся выполняет логические действия, прибегая к помощи педагога в редких случаях); - *высокий уровень* (учащийся самостоятельно и легко выполняет логические действия)	1 2 3	Наблюдение
М2	Умение слушать и слышать педагога и друг друга	Адекватность восприятия информации	- *низкий уровень* умений (учащийся испытывает затруднения при восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); - *средний уровень* (воспринимает информацию, но иногда требуется	1 2	Наблюдение

			корректировка восприятия педагогом); - *высокий уровень* (самостоятельно и адекватно воспринимает информацию)	3	
М3	Умение аккуратно выполнять работу (учебно-организационные навыки)	Аккуратность и ответственность в работе	- *низкий уровень* умений (учащийся не умеет организовывать своё рабочее место); - *средний уровень* (умеет организовать свое рабочее (учебное) место, но при напоминании педагога); - *высокий уровень* (самостоятельно и систематически организует своё рабочее место)	1 2 3	Наблюдение Анализ

Информационная карта № 4
«Определение уровня сформированности предметных умений и навыков учащихся»

Предметные результаты

- ✓ освоенный учащимися опыт специфической деятельности по получению продукта/нового знания, его преобразованию и применению: знания и умения, конкретные элементы практического опыта – навыки или предпрофессиональные/предметные компетенции – конструкторская, техническая, технологическая и т. п.

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
П1	Теоретические знания (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	- *низкий уровень* (ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой); - *средний уровень* (объем усвоенных знаний составляет более ½); - *высокий уровень* (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	1 2 3	Наблюдение, Контрольный опрос
П2	Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- *низкий уровень* (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков); - *средний уровень* (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½); - *высокий уровень* (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период	1 2 3	Контрольное задание Выставка

П3	Творческие навыки (творческое отношение к делу и умение воплотить его в готовом продукте)	Креативность в выполнении заданий	- *низкий уровень* (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); - *средний уровень* (выполняет в основном задания на основе образца); - *высокий уровень* (выполняет практические задания с элементами творчества)	1 2 3	Творческое задание Конкурс

Лист корректировки программы.

Рабочая программа (учебно- тематическое планирование)			Корректировка программы.		
Тема	Кол-во часов	Дата	Тема	Кол-во часов	Дата