

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области
Государственное бюджетное учреждение дополнительного
образования «Ленинградский областной центр развития творчества одарённых детей
и юношества «Интеллект»

Программа рассмотрена и принята
на Экспертном совете
ГБУ ДО Центр «Интеллект»
Протокол № 1 от 12.03.2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБУ ДО

Центр «Интеллект»

Д. И. Рочев

Приказ № 60 от 17.03.2020 г.



Дополнительная общеобразовательная программа

«Гибкий путь»

(спортивная направленность)

Возраст обучающихся: 14-16 лет

Срок реализации: 14 календарных дней
(84 аудиторных часов)

Авторы программы:

Беляева А.А. - инструктор-методист по
СЗФО ФГБУ «Федеральный центр
подготовки спортивного резерва»,

Смирнов А. М. - Заслуженный
тренер России, тренер по дзюдо МБУ
«СШОР «Фаворит», Вице-Президент
ЛОРОО "Федерация дзюдо

Ленинградской области",

Чимаев Саид-Хусен Ярогиевич -
Вице-Президент ЛОРОО "Федерация
дзюдо Ленинградской области", к.п.н.

г. Санкт-Петербург
п. Лисий Нос
2021 г.

Ключевые особенности интенсивной образовательной программы.

Образовательная программа по модели Образовательного Центра «Сириус» - это мероприятие протяженностью 28 дней, включающая 2 смены по 4 сессии (модули), каждая из которых состоит из теоретических и практических занятий.

Принимая во внимание особенности проявления физических и технических способностей ребенка в каждом отдельном виде (группе видов) спорта, образовательные программы составлены с применением методов концентрированного обучения на основе принципов деятельностного подхода, с учетом особенностей практических занятий по отдельным видам спорта.

Профильная образовательная программа по виду спорта (в 1 смене) рассчитана на 14 дней. Общее количество часов – 84 часа, из которых 42 часа – теоретические занятия, 42 часа – практические занятия.

Структура профильной образовательной программы на 1 смену

Программа направлена на поддержку одаренных детей Ленинградской области в области физической культуры и спорта по виду спорта «дзюдо».

Направление

Спорт

Название программы

«Гибкий путь», количество часов (84 ч.)

Авторы программы

Беляева Алла Анатольевна - инструктор-методист по СЗФО ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва», Смирнов Александр Михайлович Заслуженный тренер России, тренер по дзюдо МБУ «СШОР «Фаворит», Вице-Президент ЛОРОО "Федерация дзюдо Ленинградской области", Чимаев Саид-Хусен Ярогиевич Вице-Президент ЛОРОО "Федерация дзюдо Ленинградской области", кандидата педагогических наук, Рочев Денис Игоревич Директор ГБУ ДО Центр «Интеллект», Шаповалова Анна Даниловна - Заместитель директора по научно-методической работе ГБУ ДО Центр «Интеллект», Каймакова Елена Владимировна - заместитель директора по учебно-воспитательной работе ГБУ ДО Центр «Интеллект».

Целевая аудитория

Для обучения в рамках программы принимаются школьники (юноши и девушки 14 – 16 лет), проявившие интерес и продемонстрировавшие высокую результативность как при освоении общеобразовательной программы, так и в области дзюдо (по результатам областных, региональных и всероссийских

соревнований по дзюдо) и готовности к самостоятельной работе, на примере анализа собственных результатов и достижений.

Общее количество участников программы: 20 человек.

Критерии отбора кандидатов на обучение по программе:

- из числа спортсменов, входящих в состав кандидатов в спортивные сборные команды Ленинградской области по дзюдо;
- имеющие высокие спортивные результаты, показанные на официальных спортивных соревнованиях: Первенство Ленинградской области, рейтинговые соревнования Ленинградской области по дзюдо;
- имеющие положительные результаты по образовательным программам среднего общего образования;
- одарённые воспитанники спортивных школ, имеющие желание добиваться высоких спортивных результатов.

Экспертный совет, назначаемый ЛОРОО "Федерация дзюдо Ленинградской области", в срок не позднее 30 дней до начала смены объявляет предварительный состав участников программы.

Участники программы до начала обучения предоставляют пакет документов сведения об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий избранным видом спорта и медицинскую страховку.

Аннотация к программе

Дзюдо (по-японски дословно – «мягкий путь» или «гибкий путь») многие связывают с видом спорта. Однако это более ёмкое понятие, обозначающее и боевое искусство, и философию, и единоборство (вид спорта) без применения оружия.

Главное отличие дзюдо от иных боевых искусств (бокс, карате) в том, что основным в нём являются не удары, а борьба. В результате дзюдо выигрывает в плане разнообразия техники, немаловажную роль играет и сама философия бойца: взаимопомощь плюс взаимопонимание, наиболее эффективное использование физических и духовных способностей.

Правила дзюдо придумал и систематизировал Дзигоро Кано. Он намеренно исключил самые жестокие приёмы джиу-джитсу, создав «миролюбивую» технику.

По мысли Кано, дзюдо должно было стать «боевым спортом для физической тренировки и общего образования молодежи, философией, искусством повседневной жизни», хранилищем бесценных национальных традиций.

Большое значение имеет подготовка ученика, которая предполагает самые разнообразные упражнения, развивающих силу мышц, а также подвижность суставов, тщательную отработку приёмов в ходе спаррингов с партнёром для достижения их правильного усвоения. Дзюдо не является травмоопасным ещё и потому, что на тренировках бойцы уделяют максимум внимания различным страховкам.

Дзюдо получило широкую популярность и распространение, как во всём мире, так и у нас в стране.

В настоящее время, дзюдо развивается в форме двух направлений. Первая форма – это массовое дзюдо, к которому относятся все виды занятий дзюдо, как эффективного способа физического воспитания такие, как детские, ветеранские, клубные, тренировки и соревнования по ката-дзюдо. Вторая форма – профессионально-достиженческое дзюдо, как спорт высших достижений, занятия которым нацелены на достижение максимального спортивного результата на официальных соревнованиях всероссийского и международного уровней (чемпионаты и кубки России, кубки Европы и Мира, гран-при, гран-шлемы, чемпионаты Европы и Мира, Олимпийские Игры).

На сегодняшний день членами Международной федерации являются 178 стран. В Японии дзюдо регулярно занимается около 8 миллионов человек, в остальном мире – более 20 миллионов. По статистике в Российской Федерации регулярно дзюдо занимаются более 350 тысяч человек.

По словам Президента Российской Федерации Владимира Путина:

«Школа дзюдо — это уроки взаимопомощи и сотрудничества, здесь высоко ценится уверенность в себе, решительность, целеустремленность, терпение, уважение к старшим, к товарищам по команде и к соперникам».

При поддержке региональных спортивных федераций во многих субъектах России реализуются проекты «Дзюдо в школы».

Обучение дзюдо взаимосвязано с воспитательными и развивающими возможностями. Дзюдо оказывает благотворное, формирующее влияние на развитие качеств личности, которые сегодня востребованы в самых различных областях профессиональной деятельности. Это целеустремленность, воля, самодисциплина, способность к стратегическому мышлению и другие.

Программа «Гибкий путь» направлена на создание условий для гармоничного развития юных спортсменов. Мастер-классы и занятия проводят чемпионы и лучшие тренеры страны. Тренировки проходят на территории региональных объектов спорта.

Помимо тренировок, в расписание юных спортсменов входят дополнительные занятия, расширяющие кругозор и дающие возможность детям из Ленинградской области познакомиться друг с другом.

Цель программы:

- выявление детей и молодёжи проявивших выдающиеся способности в дзюдо, содействие, развитие и дальнейшая профессиональная поддержка спортивно одарённых дзюдоистов.
- раскрытие спортивной одаренности и таланта у дзюдоистов для достижения высоких результатов;
- подготовка дзюдоистов высокой квалификации, резерва сборных команд Ленинградской области и Российской Федерации;
- повышение конкурентоспособности регионального дзюдо на всероссийском уровне;
- профорientация юных спортсменов.

Учебно-тренировочные задачи, решаемые в рамках программы:

- совершенствование техники дзюдо;
 - повышения уровня физической подготовленности;
 - повышения уровня тактической подготовленности;
- поддержание и развитие специальной физической и функциональной подготовленности;
- достижение высокой стабильности и рациональной вариативности двигательных навыков, составляющих основу технических приёмов в дзюдо, повышение их эффективности в соревновательных условиях.
 - создание условий для развития интеллекта, внимания, мышления, выносливости, силы, гибкости;
 - развитие эмоциональной сферы, умение управлять своим состоянием;
 - создание условий для социальной адаптации и творческой самореализации каждого воспитанника;
 - воспитание общественной активности и гуманности в юных спортсменах, взаимопомощи и уважения чужого мнения;
 - развитие адекватного восприятия успехов и неудач, психологической устойчивости во время ответственных соревнований;
 - формирование волевых качеств, ответственности за результат, гордости за высокие достижения отечественной школы дзюдо;
 - патриотическое воспитание на примерах выдающихся спортсменов, тренеров и деятелей науки и искусства.

Для проведения тренировочных мероприятий обязательной части модуля приглашаются тренеры, а для выполнения сложных технических элементов спортсмены-демонстраторы, спортивных организаций регионов Российской Федерации, сопровождающие участников смены, в соответствии с рекомендациями спортивной федерации.

Для проведения тренировочных мероприятий вариативной части модуля приглашаются выдающиеся спортсмены, тренеры, специалисты клубных и сборных команд, представители спортивной науки, спортивные судьи и специалисты спортивных и образовательных организаций и учреждений.

Содержательная характеристика программы

Приведенные в программе критерии отбора кандидатов участников программы, позволяют выявить трудолюбивых, талантливых спортсменов среднего школьного возраста, желающих повысить свое спортивное мастерство и ставить цели для достижения высоких спортивных результатов.

Каждая сессия начинается с просмотра выполненных заданий и тестирования. Тестирование и просмотр навыков и умений позволяет выявить слабые места в подготовке дзюдоиста. На сессии упор делается на устранение слабых мест, расширение знаний, новых методов работы над ошибками. Для этой цели будут даваться как групповые, так и индивидуальные задания, читаться лекционный материал ведущих специалистов России и Ленинградской области.

Для усвоения полученных навыков, спортсмены будут закреплять полученные теоретические знания в спортивном зале.

Образовательные технологии

Используемые при реализации программы образовательные технологии или методические приемы: лекции, интерактивные лекции, тренинги решения тестовых заданий, мастер-классы, групповое и индивидуальное решение задач и комбинаций, тестирование, дискуссии, самостоятельное решение задач в электронной среде, командные соревнования, индивидуальные собеседования и т.д.

Участники программы в зависимости от уровня подготовки, пробелов в подготовки могут разделяться на группы и подгруппы.

Пример.

№	Форма организации образовательного процесса	Соотношение численности детей и преподавателей
	Лекции	1 преподаватель на поток
	Дискуссии	1 ведущий и 1-3 ассистента
	Тестирование	Индивидуально, за персональными компьютерами, весь поток одновременно: 1 руководитель, 1 специалист технической поддержки. Индивидуально в аудитории весь поток одновременно – 1 руководитель
	Тренинг решения конкурсных задач	Малые группы по 2-4 человека, 1 консультант на группу в 8-10 человек.
	Мастерские (мастер-классы)	Малые группы по 2-4 человека, 1 консультант на группу в 8-10 человек.
	Конференция (круглый стол, дебаты, турнир и т.п.)	Группы по 15-20 человек, комиссия из 3-9 преподавателей
	Соревнования	Группы по 15-20 человек, 1 преподаватель, 3 судьи на группу

Задания проектного и исследовательского характера, выполняемые в рамках программы

1. Групповое решение совершенствования техники и тактики дзюдо, корректировка подготовки спортсменов с учетом результатов соревновательных поединков, в которых выявляются возможности спортсмена, уровень его подготовленности.

Учебно-тематический план занятий

№	Содержание	Методы	Ресурсы, Специалисты	Трудоемкость (кол-во мин./ак. час.)	Способ контроля	Оценка
	Тема. Краткая содержательная характеристика	Методы совместной деятельности педагога и учащихся	Необходимые ресурсы для организации деятельности	Трудоемкость для учащихся. Всего час.	Способ проверки качества освоения	Оценка в системе текущего контроля (максимальный балл за 1 сессию - 100)
1	2	3	4	5	6	7
Очная сессия 1 (72+12=84 часа)						
1	Вводное занятие. Физическая культура и спорт в Российской Федерации. История. Отраслевые особенности: структура отрасли и ее обеспечение. Система подготовки спортивного резерва.	Круглый стол, интерактивная лекция	Комитет по физической культуре и спорту Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за активное участие, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	180 мин/ 4 ак.ч.	видеофиксация	
2	История дзюдо, особенности вида спорта	Круглый стол, интерактивная лекция	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за активное участие, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
3	Краткие сведения о строении и функциях детского организма, влияние систематических занятий спортом на организм детей и подростков. Костно-мышечная система	интерактивная лекция, тестирование	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	120 мин/ 2,67 ак. ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
4	Основные сведения о кровообращении; Дыхание; Обмен веществ и энергии – основа жизни человека	интерактивная лекция, тестирование	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	

5	Нервная система и ее роль в жизнедеятельности организма; Органы пищеварения и выделения; Органы чувств. Спортивное питание	интерактивная лекция, тестирование	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
6	Физиологические основы спортивной тренировки; Физиологические методы определения тренированности юных спортсменов Личная и общественная гигиена; Гигиенические основы режима труда и отдыха спортсменов; Закаливание спортсменов; Предупреждение инфекционных заболеваний	интерактивная лекция, тестирование	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
7	Врачебный контроль, самоконтроль, профилактика заболеваний, первая медицинская помощь, восстановительные мероприятия в спорте Диспансеризация Медицинское сопровождение Самоконтроль	интерактивная лекция, тестирование	Комитет по здравоохранению Ленинградской области, Спортивный врач	120 мин/ 2,67 ак. ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
8	Углубленное медицинское обследование	интерактивная лекция, тестирование	Комитет по здравоохранению Ленинградской области, Спортивный врач	60 мин/ 1,33 ак.ч..	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.

	Профилактика заболеваний и травм, первая медицинская помощь, восстановительные мероприятия в спорте					
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
9	Сущность спортивной тренировки Общая характеристика Средства спортивной тренировки Методы тренировки Формы организации занятий и тренировки.	интерактивная лекция, тестирование	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
10	Основные виды подготовки спортсмена в процессе тренировки Воспитание нравственных и волевых качеств	интерактивная лекция, тестирование	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
11	Тренировка: Физическая подготовка, Техническая подготовка	интерактивная лекция, тестирование	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	

12	Планирование тренировочного процесса и спортивные соревнования Годовой план тренировок Периоды тренировочного процесса	интерактивная лекция, тестирование	Федерация дзюдо Ленинградской области	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
13	Спортивные соревнования и физкультурные мероприятия. ЕКП, Положения о соревнованиях.	Круглый стол, интерактивная лекция	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за активное участие, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
14	Требования к спортивному оборудованию; Обеспечение безопасности в спорте, в том числе на объектах спорта. Правила поведения для участников, зрителей (болельщиков). Антидопинговые мероприятия. Санкции.	интерактивная лекция, тестирование	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
15	Правила по виду спорта, участники, их права и обязанности. Судьи, спортсмены, представители команд.	интерактивная лекция, тестирование	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	

16	Результаты соревнований, спортивные титулы, звания, разряды, рейтинг спортсменов, спортивные сборные команды, стимулирование спортсменов и тренеров	интерактивная лекция, тестирование	Федерация дзюдо Ленинградской области	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
17	Инновации и новые профессии в спорте.	Круглый стол, интерактивная лекция	ЛГУ им. Пушкина, Федерация дзюдо Ленинградской области	120 мин/ 2,67 ак. ч.	видеофиксация	
18	Психологическая подготовка спортсменов Общепсихологическая подготовка; Психологическая подготовка к соревнованиям; Нервно-психологическое восстановление; Средства и методы психологической разгрузки.	Круглый стол, интерактивная лекция	Спортивный психолог	120 мин/ 2,67 ак. ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за активное участие, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
19	Средства и методы психологической разгрузки.	Круглый стол, интерактивная лекция	Спортивный психолог	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за активное участие, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	

20	Патриотическое воспитание спортсменов Гимн, флаг РФ, субъекта, клуба, команды; Легендарные личности в спорте; Формирование командного духа, сплочение коллектива.	Круглый стол, интерактивная лекция	Федерация дзюдо Ленинградской области	120 мин/ 2,67 ак. ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за активное участие, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
21	Олимпийское движение. МОК, ОКР, ОС ЛО.	интерактивная лекция	Олимпийский Совет Ленинградской области	60 мин/ 1,33 ак.ч.	Количество набранных очков	По 1 б. за правильный ответ, всего до 5 б.
	Усвоение полученных знаний на практике	Тренировка, мастер-класс	Федерация дзюдо Ленинградской области	90 мин/ 2 ак.ч.	видеофиксация	
22	тестирование итоговое	тестирование	Комиссия	120 мин/ 2,67 ак. ч.	видеофиксация	
	Усвоение полученных знаний на практике	мастер-класс	Комиссия	180 мин/ 4 ак.ч.	видеофиксация	

Требования к условиям организации образовательного процесса

Для реализации программы образовательная среда включает в себя:

- Учебные аудитории, оборудованные для проведения лекционных занятий, тестирования;
- Физкультурно-спортивный комплекс: спортивный зал, тренажерный зал, раздевалки, душевые, восстановительный комплекс (бассейн, и т.д.);
- Спортивная база;

Расходные материалы для реализации программы/модулей.

Литература:

- Гальперин П. Я. Лекции по психологии: Учебное пособие для студентов вузов. — 2-е изд. — М.: КДУ, 2005. — 400 с.
- Дзюдо: программа для учреждений дополнительного образования и спортивных клубов Национального Союза дзюдо и Федерации дзюдо России / Авт. — сост. С. В. Ерегина и др. — М.: Советский спорт, 2005. — 268 с.

- Дзюдо: программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Авт. — сост. С. В. Ерегина и др. / Национальный союз дзюдо. — М.: Советский спорт, 2006. — 212 с.

- Ерегина С. В., Тарасенко К. Н. Комплексная оценка физической подготовленности дзюдоистов // Детский тренер, 2007, № 2.

- Законодательство Российской Федерации о физической культуре и спорте и Европейская Хартия спорта / Авт. — сост. В. Б. Шестаков. — М.: Красный пролетарий, 2005.

- Захаров Е. Н., Карасев А. В., Сафонов А. А. Энциклопедия физической подготовки. — М.: Лептос. 1994.

- Кузнецова С. А. Перспективы исследований профессиональных деформаций личности // Учен. зап. кафедры психологии Северного международного университета. Вып.1. — Магадан, 2001.

- Лях В. И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. — М.: Терра-Спорт, 2000.

- Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. — М.: Советский спорт, 2005.

- Путин В. В., Шестаков В. Б., Левицкий А. Г. Учимся дзюдо с Владимиром Путиным. — М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2003.

- Семенов Л. А. Определение спортивной пригодности детей и подростков: биологические и психолого-педагогические аспекты. — М.: Советский спорт, 2005.

Оценка реализации программы и образовательные результаты программы

Предлагается модель оценивания ученика с использованием накопительной системы, при которой каждый ученик за **смену** может набрать максимально - 100 баллов. Эта оценка будет заноситься в его личный кабинет, и оцениваться – при прочих равных – в системе критериев отбора на программу (например, учащиеся, набравшие ранее за участие в профильной программе от 95 до 100 баллов – получают от 1 до 5 баллов дополнительно к суммарным баллам при оценке заявки); при проведении конкурсного отбора на соревнования и т.д.

Содержательный модуль	Оценка в баллах	Кто оценивает
Решение тестов	0 – 36 (по 2б. за решение тестов по 1б. за решение больше половины тестов)	Руководитель тренировочных сборов, тренер

Активное участие на лекциях		Руководитель тренировочных сборов, лектор
Разыгрывание позиций		Руководитель тренировочных сборов, тренер
Высокие спортивные результаты показанные на официальных соревнованиях		Руководитель тренировочных сборов, тренер
Итого		

Требования к кадровому обеспечению

Для реализации программы могут быть привлечены квалифицированные специалисты, профессиональные спортсмены.

Педагог, руководитель объединения, реализующий данную программу владеет следующими профессиональными и личностными качествами:

- обладает знаниями в области физической культуры и спорта;
- владеет навыками и приёмами проведения тренировочных занятий по дзюдо;
- знает физиологию и психологию детского возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и преподаваемому предмету;
- умеет создать комфортные условия для успешного развития личности воспитанников;
- умеет видеть и раскрывать творческие способности воспитанников.

Дидактические материалы к программе

В электронном виде

Электронные ресурсы программы

w

w

w

j

Федерация дзюдо России

d

Федеральный центр подготовки спортивного резерва

r

Федерация дзюдо Ленинградской области

w

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области

w

(включая подведомственные учреждения)

c

Комитет по физической культуре и спорту Ленинградской области

n

t

e

r

(включая подведомственные учреждения)

Комитет по здравоохранению Ленинградской области (включая подведомственные учреждения)

Администрация Выборгского МР (включая подведомственные учреждения)

Описание моделей постпрограммного сопровождения

- участие в спортивных соревнованиях по дзюдо;
- участие в мастер-классах по дзюдо;
- решение тестов по спортивной тематике, антидопинговым мероприятиям;
- индивидуальная работа – дополнительные индивидуальные занятия, совершенствование спортивного мастерства;
- общение посредством ВКС, консультации;
- выбор профессии по направлению «Спорт», профессиональное обучение.