



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ**  
Дополнительного профессионального  
образования «Методический кабинет»  
муниципального образования

**Успенский район**

ул. Калинина д.76 с. Успенское, 352450

Тел./факс (86140) 5-52-56

ОГРН 1082357000076 ИНН 2357006724

от 16.09.2024 № 01-10/58  
на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

### **Рецензия**

#### **на программу курса внеурочной деятельности «Самбо» учителя физической культуры МБОУ СОШ №1 с. Успенского муниципального образования Успенский район Рогачёвой Елены Ивановны**

Рецензируемая программа внеурочной деятельности «Самбо» разработана в соответствии с требованиями обновленных ФГОС НОО. Программа адресована учителям физической культуры общеобразовательных учреждений, реализующих программы дополнительного образования школьников в рамках Всероссийского проекта «Самбо в школу».

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Самбо» предназначена для обучающихся 1 – 4 классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся, она рассчитана на проведение 1 часа в неделю, всего 34 часа в год.

Структура программы соответствует современным требованиям. Содержание каждого её элемента разработано с достаточной степенью полноты и законченности. Пояснительная записка раскрывает цели и задачи, включает краткую характеристику предметного содержания, наличие спортивного оборудования.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Самбо» направлена на создание условий и формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса к спортивным играм, развитие творческой самостоятельности, направленных на укрепление и сохранение здоровья, развитие и совершенствование физических качеств обучающихся, что актуально для современной школы нашего общества.

Актуальность разработки и создания данной программы обусловлена тем, что она позволяет устранить противоречия между требованиями программы и потребностями обучающихся в дополнительном физическом и спортивном развитии, углублённом изучении приёмов, техники, правил самбо и применении полученных знаний, навыков и умений на практике.

Основной целью программы является воспитание физически крепкого, выносливого и здорового поколения, способного вести здоровый образ жизни и использовать ценности занятий по самбо для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Данная программа направлена не только на физическое развитие, но и на воспитание нравственных качеств. Занятия по самбо развивают дружеские и товарищеские отношения, сплочённость, честность, взаимовыручку, коллективизм. Осуществляется знакомство обучающихся начальной школы с историей возникновения самбо, элементами, правилами борьбы.

Педагогическая целесообразность данной программы внеурочной деятельности обусловлена важностью создания условий для формирования у младших школьников коммуникативных и здоровьесберегающих навыков, которые необходимы для успешного интеллектуального и физического развития ребенка.

Значимость программы заключается в том, что она решает задачи по повышению двигательной активности школьников.

С целью развития физических способностей обучающихся и формирования универсальных учебных действий в программе предусмотрено значительное увеличение активных форм работы, направленных на вовлечение учащихся в динамичную деятельность, на обеспечение понимания особенностей техники и правил борьбы, развитие выносливости, скорости, силы, ловкости и быстроты, приобретение практических навыков самостоятельной деятельности.

Ведущей формой организации занятий является практическая деятельность, наряду с групповой формой работы, во время занятий осуществляется индивидуальный и дифференцированный подходы к детям. В программе прописаны наиболее эффективные приёмы защиты и нападения, которыми должны овладеть обучающиеся.

Рецензируемая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению интересна по содержанию и пошагово расписана для педагогической деятельности. Программа может быть рекомендована для дополнительного общеразвивающего обучения в рамках реализации внеурочной деятельности. Данная программа предлагается для использования педагогическим сообществом учителей физической культуры.

**Заведующий МКУ ДПО  
«Методический кабинет»**



**Самодурова У.П.**

Краснодарский край Успенский район село Успенское  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №1 с. Успенского  
муниципального образования Успенский район

СОГЛАСОВАНО

Решением пед.совета. Председа-  
тель пед. совета



Ю.В.Широкая

Протокол № 1

от "30" 08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ №1



Ю.С.Леонтьева

Приказ №

от "31" 08.2023 г.

## Программа курса внеурочной деятельности «Самбо»

**Направленность:**

Физкультурно - спортивная

**Вид программы по уровню освоения:**

базовый

**Для учащихся:**

3

**Срок обучения:**

1 год

**Составитель:** Учителя: Рогачева Е.И., Деев Ю.А., Саркисов С.А., Бабин В.Е.

с.Успенское 2023г.



## 1.1. Пояснительная записка

В основу учебной программы положены нормативно-правовые акты, регулирующие деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, и основополагающие принципы спортивной подготовки самбистов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

Программа содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации учебно-тренировочного процесса по самбо, возможных результатах освоения программы и методах их оценки.

Содержание дополнительной общеобразовательной программы разрабатывается с учетом:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства просвещения России от 09 ноября 2018 г. №196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановления Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 г. № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года»;

- СП 2.4.3648-20 от 28 сентября 2020 г. № 28, (далее СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации;

**Уровень программы** - базовый - формирование функциональной грамотности учащихся в избранном виде деятельности (т.е. свободное самостоятельное использование навыков и умений), освоение содержания повышенной сложности, развитие интересов и навыков, формирование устойчивой мотивации, специальных знаний и практических навыков.

Реализация программы на данном уровне освоения предполагает удовлетворение познавательного интереса учащегося по самбо, расширение его информированности в определенной образовательной области, обогащение навыками общения и умениями.

**Направленность** программы - физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы.** Занятия самбо, как один из видов спортивных единоборств позволяют приобщить учащихся к занятиям спортом, в полной мере обеспечивают: укрепление здоровья, и всестороннее гармоничное развитие самбистов, их физической подготовленности, формирование жизненно-важных двигательных умений и навыков, составляющих основу техники и тактики борьбы, а также необходимых в быту, трудовой и оборонной деятельности. Самбо способствует выработке самодисциплины, формирует внутреннюю нравственную опору и сильную личную позицию в достижении жизненных целей. Самбо формирует социальную опору общества, людей, способных постоять за себя, за свою семью, за Родину.

Борьба самбо (самозащита без оружия) возникла в России. Она впитала в себя огромный практический опыт, накопленный всеми видами борьбы народов нашей страны, да и не только нашей. Каждая национальная борьба внесла в самбо определенный вклад, пополнила ее арсенал характерными приемами, которые с незапамятных времен передавались от поколения к поколению. Комплексное использование этих приемов и составляет отдельную, непохожую на другие виды спортивной борьбы - борьбу самбо.

Борьба самбо представляет собой чрезвычайно ценный по многообразию технический вид спорта. По количеству технических и тактических действий и возможностей борьба самбо является самой богатой из всех видов борьбы, в настоящее время культивируемых в мире. В борьбе самбо разрешается применять все приемы, используемые во всех видах спортивной борьбы, в том числе и болевые. Кроме того, в боевой части самбо изучаются и, в случае необходимости применяются, приемы защиты от всевозможных ударов, способы обезору-



живания, действия при задержании.

Самбо состоит из трех дополняющих друг друга разделов: спортивного, боевого и приемов самозащиты. В спортивном разделе самбо разрешено применять броски, захваты, удержания, болевые приемы, перевороты. В этом виде самбо насчитывается около пяти тысяч приемов защиты и нападения (используются многие приемы дзюдо, сумо, канарской, турецкой, вольной, классической борьбы).

**Отличительные особенности программы:** данная программа является модифицированной и построена на основе: «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по самбо», одобренной экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных организациях Российской Федерации (протокол №12 от 26 апреля 2016 года).

К отличительным особенностям программы можно отнести: общий срок проведения программы, постановка задач и планируемых результатов программы.

Данная программа в большей степени направлена на развитие физических способностей, приобретение умений и навыков борьбы самбо. В ходе реализации программы используются личностно-ориентированные технологии обучения, позволяющие осуществить разностороннее развитие учащихся на основе индивидуальной работы с каждым учащимся.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на детей от 10 до 18 лет.

**Срок освоения программы.**

Сроки реализации программы - 1 года.

**Объем программы:**

1 год - 33 часа в год;

**Формы обучения** - очная.

**Режим занятий:** 1 год обучения - 1 раза в неделю по 1 часа,

## **Особенности организации образовательного процесса:**

состав группы постоянный; виды занятий по организационной структуре (групповые).

### **1.2. Цель и задачи**

**Цель программы** – формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья и разностороннее физическое развитие учащихся через обучение самбо.

#### **Задачи программы.**

##### Обучающие:

- ✓ способствовать развитию спортивного мастерства в борьбе самбо
- ✓ обучить техническим приёмам, тактическим действиям и правилам борьбы самбо
- ✓ обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки на занятиях;
- ✓ познакомить с общим представлением о мире спорта.

##### Развивающие:

- ✓ развить двигательные способности у учащихся
- ✓ укрепить личностные качества учащихся: выносливость, смелость, дисциплинированность
- ✓ сформировать социальную активность и ответственность.

##### Воспитательные:

- ✓ воспитать нравственные и волевые качества
- ✓ воспитать чувства «партнёрского плеча», дисциплинированности, взаимопомощи
- ✓ сформировать у учащихся интерес к самостоятельным занятиям спортом в свободное время
- ✓ сформировать у учащихся потребность ведения здорового образа

жизни

- ✓ содействовать патриотическому воспитанию подрастающего поколения.

### **Задачи программы для 1 года обучения.**

#### Обучающие:

- ✓ изучить правила поведения и техники безопасности на занятиях борьбой самбо
- ✓ познакомить с историей образования и развития борьбы самбо в СССР и РФ
- ✓ познакомить с основными видами захватов
- ✓ обучить технике борьбы в стойке и лежа.

#### Развивающие:

- ✓ обучить умению взаимодействовать с педагогом и группой
- ✓ сформировать самостоятельность и ответственность при занятиях борьбой самбо
- ✓ развить простейшие двигательные навыки.

#### Воспитательные:

- ✓ сформировать устойчивый интерес к занятиям борьбой самбо, мотивацию к здоровому образу жизни
- ✓ воспитать чувство взаимопомощи, коллективизма
- ✓ воспитать чувство красоты движений, ответственность при выполнении упражнений.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития образования» Краснодарского края  
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

**УДОСТОВЕРЕНИЕ**  
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231500000442



Регистрационный номер № 15407/22

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что  
**Рогачева Елена Ивановна**

с «11» июня 2022 г. по «18» июня 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в  
**ГБОУ ИРО Краснодарского края**  
(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)  
по теме: «**Реализация требований обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО в**  
(наименование проблемы, темы, программы дополнительного профессионального образования)  
**работе учителя**»

в объеме: **36 часов**  
(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Нормативное и методическое обеспечение внедрения обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО	13 часов	зачтено
Внедрение обновленных ФГОС НОО, ФГОС ООО в предметном обучении	23 часа	зачтено

Прошел(а) стажировку в (на) .....  
(наименование предмета, дисциплины, учреждения)

Итоговая работа на тему: .....

М.П. Ректор **Т.А. Гайдук**  
Секретарь **Н.С. Давыдова**  
Город **Краснодар** Дата выдачи **18 июня 2022 г.**

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Общество с ограниченной ответственностью  
«Международные Образовательные Проекты»  
Центр дополнительного профессионального образования «Экстерн»

**УДОСТОВЕРЕНИЕ**  
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

7819 00683397

Документ о квалификации

Регистрационный номер  
56022  
Город  
Санкт-Петербург

Дата выдачи  
10 августа 2022 г.



Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Рогачева Елена Ивановна**

с 28 июля 2022 г. по 10 августа 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в  
**Центре дополнительного профессионального образования «Экстерн»**  
**Общества с ограниченной ответственностью**  
**«Международные Образовательные Проекты»**

по дополнительной профессиональной программе  
**«Современные подходы к методике преподавания**  
**самбо при реализации ФГОС в школе»**

в объеме **72 часа**

М.П. **International Education Projects LLC** Санкт-Петербург  
Директор **Е.А. Знатнова**  
Секретарь **И.О. Васильева**



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт развития образования» Краснодарского края  
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

**УДОСТОВЕРЕНИЕ**  
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231500014702



Регистрационный номер № .....1548/22.....

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Рогачева Елена Ивановна

с « 26 » января 2023 г. по « 03 » февраля 2023 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края

«Деятельность учителя по достижению результатов обучения  
в соответствии с ФГОС с использованием цифровых  
образовательных ресурсов»

в объеме: 48 часов

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Государственная политика в сфере образования. Выявление обновленных ФГОС	6 часов	зачтено
Цифровые образовательные ресурсы как средство реализации ФГОС	14 часов	зачтено
Современный урок с использованием ЦОР: технологические особенности проектирования и проведения в условиях внедрения обновленных ФГОС: общедидактические и предметные особенности	28 часов	зачтено

Прошел(а) стажировку в (на) \_\_\_\_\_

Итоговая работа на тему: \_\_\_\_\_

М.П.

Ректор

Т.А. Гайдук

Секретарь

Л.Л. Вадбольская

Город Краснодар

Дата выдачи

03 февраля 2023 г.