

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНФОРМАЦИОННО-  
МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР» ГОРОДА  
ЛАБИНСКА ЛАБИНСКОГО РАЙОНА  
Красная ул., д. 29, г. Лабинск  
Краснодарский край, 352500  
ИНН 2314014142, ОГРН 1022302349684  
КПП 231401001, тел.: 3-28-81  
От 17.10.2019 г. № 814

### **Рецензия**

**на программу внеурочной деятельности спортивной секции «Самбо»,  
составленную Павловским Николаем Антоновичем, учителем  
физической культуры МОБУ СОШ № 15 имени Н.Д.Егорова станицы  
Зассовской Лабинского района.**

Программа внеурочной деятельности по спортивной секции «Самбо» направлена на создание условий и формирование у учащихся основной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса к спортивной борьбе самбо, развитие творческой самостоятельности, направленных на укрепление и сохранение здоровья, развитие и совершенствование физических качеств обучающихся, что так актуально для современной школы нашего общества.

Основной целью программы является воспитание физического, крепкого, выносливого и здорового поколения, способного вести здоровый образ жизни. На каждом занятии определены УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные. Еще одной важной целью является систематизация учебно-тренировочного процесса по этапам обучения в условиях малого населённого пункта, создание условий для индивидуализации учебно-тренировочного процесса на основе регулирования интенсивности физических нагрузок и на основе регулярных занятий помочь каждому обучающемуся наиболее полно раскрыть его физические возможности, а также предоставить возможность приобщения к миру большой спорта. Программа решает следующие задачи:

- Укрепление здоровья, физическое и нравственное развитие детей и подростков.
- Привитие интереса и привычки к регулярным занятиям физической культурой и спортом, предоставление возможности приобщения к миру большого спорта.
- Социальная адаптация детей и подростков, решение проблем «трудных детей».
- Содействие патриотическому воспитанию подрастающего поколения, подготовка к службе в армии.

В программе начальной подготовки предлагаются основы подготовки по спортивному разделу самбо, в доступных для изучения и тренировки упражнениях, включающих в себя:

- упражнения для развития и совершенствования простых двигательных навыков (ходьба, бег, прыжки, эстафеты и подвижные игры);
- упражнения для развития основных физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости;
- упражнения для формирования специальных двигательных навыков (простейшие элементы акробатики и спортивной гимнастики, упражнения в безопасном падении (самостраховке);
- изучение базовой техники (стойки и передвижения, дистанции и основные захваты, выведения из равновесия);
- разучивание 8-12 основных приемов спортивного самбо в стойке (бросков и их простейших комбинаций) и борьбе лёжа (переворачивания, удержания, болевые приёмы и их комбинации).

Содержание занятий на начальном этапе включает большое разнообразие игровых и соревновательных элементов. Всё это обеспечивает с одной стороны решение задач физического развития детей и подростков с различным уровнем физической подготовленности, а с другой обеспечивает базовую спортивную подготовку юных спортсменов и участие в соревнованиях по спортивному самбо. Наиболее подготовленные ребята уже через 10-12 месяцев после начала занятий могут участвовать в соревнованиях среди новичков по самбо или борьбе дзюдо (этот вид спортивной борьбы похож на самбо, а самбисты с успехом участвуют в этих соревнованиях). Кроме того, программой предусмотрены мероприятия воспитательного характера (экскурсии, собрания, походы, коллективное посещение соревнований и т.п.), что даёт возможность сохранения массовости и контингента учащихся.

Программа начальной подготовки рассчитана на 1 год. Занятия проводятся с детьми 1-4 классы. По окончании занятий по программе, дети продолжают обучение в учебно-тренировочных группах.

Данная программа направлена не только на физическое развитие, но и развивает эмоциональную сферу, воспитывает нравственные качества, развивает дружеские и товарищеские отношения, сплочённость, честность, взаимовыручку, коллективизм.

Значимость программы заключается в том, что она решает задачи по повышению двигательной активности школьников, реализует всероссийский проект «Самбо в школе».

Программа внеурочной деятельности спортивной секции «Самбо» может быть рекомендована для использования учителями физической культуры при организации внеурочной деятельности школьников в соответствии с требованиями ФГОС НОО.

Директор МБУ ИМЦ  
города Лабинска

С.И. Клименко

Методист МБУ ИМЦ города Лабинска

И.А. Алифанова

