

Городской округ Ханты-Мансийск  
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПЕРСПЕКТИВА»  
(МБУДО «ЦДО «ПЕРСПЕКТИВА»)**

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «14» июня 2022 г.  
Протокол № 9



УТВЕРЖДАЮ  
И.о директора  
МБУДО «ЦДО «Перспектива»  
А.С. Поспелов  
Приказ № 81  
от «16» июня 2022 г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
**«Основы самозащиты»**  
Возраст обучающихся: 8 - 17 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:  
Иванов Александр Александрович,  
педагог дополнительного образования

г. Ханты-Мансийск, 2022

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1.</b>	<b>ТИТУЛЬНЫЙ ЛИСТ</b>	стр. 01
<b>2.</b>	<b>ОГЛАВЛЕНИЕ</b>	стр. 02
<b>3.</b>	<b>КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК</b>	стр. 03
<b>3.1.</b>	<b>Пояснительная записка</b>	стр. 03
<b>3.1.1.</b>	Актуальность программы	стр. 03
<b>3.1.2.</b>	Новизна программы	стр. 03
<b>3.1.3.</b>	Направленность программы	стр. 04
<b>3.1.4.</b>	Отличительные особенности программы	стр. 04
<b>3.1.5.</b>	Педагогическая целесообразность программы	стр. 04
<b>3.2.</b>	<b>Цель, задачи программы. Формы и методы, применяемые на занятиях</b>	стр. 04
<b>3.2.1.</b>	Цель программы	стр. 04
<b>3.2.2.</b>	Задачи программы	стр. 04
<b>3.2.3.</b>	Формы, применяемые на занятиях	стр. 05
<b>3.2.4.</b>	Методы, применяемые на занятиях	стр. 05
<b>3.3.</b>	<b>Основные характеристики программы</b>	стр. 05
<b>3.3.1.</b>	Тип образовательной программы	стр. 05
<b>3.3.2.</b>	Способы организации содержания образования	стр. 05
<b>3.3.3.</b>	Уровень сложности программы	стр. 05
<b>3.3.4.</b>	Объем программы (срок реализации программы)	стр. 05
<b>3.3.5.</b>	Режим занятий	стр. 05
<b>3.3.6.</b>	Возраст и условия набора обучающихся и формирования групп	стр. 05
<b>3.4.</b>	<b>Планируемые результаты</b>	стр. 06
<b>3.4.1.</b>	Планируемые результаты	стр. 06
<b>3.4.2.</b>	Общая характеристика этапов контроля, форм, способов контроля	стр. 07
<b>4.</b>	<b>КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	стр. 08
<b>4.1.</b>	<b>Кадровое обеспечение</b>	стр. 08
<b>4.2.</b>	<b>Учебный план</b>	стр. 08
<b>4.3.</b>	<b>Учебно-тематический план</b>	стр. 08
<b>4.4.</b>	<b>Содержание программы</b>	стр. 09
<b>4.5.</b>	<b>Материально-техническое оснащение программы</b>	стр. 10
<b>5.</b>	<b>ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ</b>	стр. 10
<b>5.1.</b>	<b>Методическое обеспечение программы</b>	стр. 10
<b>5.2.</b>	<b>Система оценивания</b>	стр. 10
<b>5.3.</b>	<b>Оценочные материалы (контрольно-измерительные материалы)</b>	стр. 11
<b>6.</b>	<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>	стр. 13
<b>7.</b>	<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	стр. 00

## КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

### Пояснительная записка

Сегодня, в связи с проводимой военной спецоперацией на территории Украины, коренным образом меняются отношения гражданина России с государством и обществом. В сложившихся условиях, патриотизм становится важнейшей ценностью, интегрирующей не только социальный, но и духовно-нравственный, идеологический, культурно-исторический, военно-патриотический и другие аспекты. Гражданственность и патриотизм – это фундаментальное качество личности, заключающееся в осознании долга перед обществом и деятельном претворении его в жизнь. Важнейшая составляющая решения данной задачи – формирование и развитие патриотических чувств, в связи с чем повышается значимость военно-патриотического воспитания молодежи, которое вносит весомый вклад, а в некоторых случаях и решающий вклад в дело подготовки умелых и сильных защитников Родины.

Военно-патриотическое воспитание является той областью деятельности, которая вооружает юного гражданина важнейшими морально-психологическими качествами, необходимыми как будущему защитнику Родины, так и простому гражданину. Данная дополнительная общеразвивающая программа «Основы самозащиты» направлена на развитие у обучающихся понимания того, что главными ценностями современного человека становятся национальная безопасность страны, жизнь и здоровье человека. Программа предусматривает тренировочную работу на разных её этапах, отбор и комплектование тренировочных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств и от специальных способностей занимающихся. В основу программы положены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке рукопашному бою, самообороне, владению шашкой, к участию в военно-спортивных мероприятиях, соревнованиях.

**Актуальность программы** обусловлена социальным заказом заинтересованных сторон (обучающихся, их родителей, государства) на вовлечение обучающихся в современные форматы патриотического воспитания, физическое, технико-тактическое и личностное развитие, способствующее становлению и развитию личности, обладающей качествами гражданина, осознающая причастность к русской культуре и культуре народов России (на примере Казачества). Формирование здоровой личности и развитие индивидуальности – основные цели государственной политики в области образования, в том числе и дополнительного. Поэтому очень важно внедрять в преподавание физической культуры более эффективные физкультурно-оздоровительные дисциплины. С этой целью в данной программе используются классические педагогические технологии, основанные на личностно-ориентированном подходе, привлечении молодого поколения к искусству самозащиты, которое включает в себя воспитание смелости, твердости характера, физическую выносливость. Помимо самообороны большое внимание уделяется не только общей физической подготовке, рукопашному бою, но и военно-прикладному искусству – рубка шашкой «Казарла». Постоянные тренировки с шашкой воспитывают внимание, координацию и самоконтроль, развивают чувство дистанции и глазомер. Работа с шашкой и саблей хороша ещё тем, что это полезно для суставов и связок, одновременно развиваются обе руки.

Программа создана в рамках реализации федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование». Патриотическое воспитание представляет собой организованный и непрерывный процесс педагогического воздействия на сознание, чувства, волю, психику и физическое развитие обучающегося.

**Новизна** данной программы заключается в том, что программа базируется на нескольких составляющих. Во-первых, программа охватывает элементы формирования правильного отношения к физическому развитию, в частности, к самозащите, которое не препятствует социализации детей и подростков, а помогает им «влиться» в жизнь окружающего общества. Во-вторых, программа предполагает подготовку обучающихся к самозащите, самообороне с использованием приёмов рукопашного боя. В-третьих, на тренировках даются элементы начальной военной подготовки, в том числе через формирование практических навыков владения казачьей шашкой, как спортивным оружием. В-четвертых, подготовка

обучающихся к участию в военно-спортивных играх, турнирах, к службе в Вооружённых Силах Российской Федерации, поступлению в военные учебные заведения и профориентации на профессии, связанные с обеспечением национальной безопасности.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

Обеспечивает организацию содержательного досуга, укреплению здоровья, удовлетворению потребностей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

**Отличительной особенностью** данной программы является то, что она даёт возможность наиболее полно раскрыть способности каждого отдельно взятого ребёнка, программа направлена не на достижение высоких спортивных результатов, а на укрепление здоровья детей и формирование личности с набором ключевых компетентностей в гражданско-патриотической, коммуникативной, информационной, спортивно-оздоровительной сферах. В структуру программы входят два общеобразовательных блока: теория и практика, каждый из которых реализует свою отдельную задачу. Все общеобразовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта.

Учебный процесс направлен на всестороннее развитие обучающихся, повышение уровня теоретической, общефизической, технико-технической (рубка шашкой «Казарла») и морально-волевой подготовленности к самозащите и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

**Педагогическая целесообразность программы**

Данная программа педагогически целесообразна, так как её реализация способствует формированию у обучающихся гражданского сознания, воспитанию патриотизма, толерантного отношения к людям. В процессе её реализации, обучающиеся овладевают знаниями, умениями и навыками, необходимыми для гармоничного общефизического развития, овладения приёмами самообороны, психологической устойчивости детей и подростков к трудностям, укрепления здоровья. Важнейшим принципом, определяющим содержание программы, является принцип систематичности и последовательности. Программа основана на принципах: связи теории и практики, доступности и посильности, научности, сознательности и активности, наглядности, прочности овладения навыками и знаниями.

Программа обеспечивает организацию содержательного досуга, способствует укреплению здоровья, удовлетворению потребностей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности, применение своих навыков на соревнованиях и различных культурных мероприятиях, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

**Цель, задачи программы. Формы и методы, применяемые на занятиях**

**Цель** программы: сформировать умения по владению комплексом действий и противодействий, направленных на защиту себя и другого человека, обучить основам самообороны, заложить основы гармоничного физического развития детей и подростков, сформировать у них устойчивую внутреннюю мотивацию на постоянные занятия физической культурой и спортом как необходимые условия здорового образа жизни.

Для достижения этой цели требуется выполнение следующих основных задач:

Образовательные задачи:

1. Научить основам техники выполнения общеразвивающих и специальных физических упражнений, базовым приёмам самозащиты;
2. Преподавать основы фланкировки, владения холодным оружием;
3. Научить работать в технике рубки шашкой «Казарла»;
4. Обучить детей и подростков основам самообороны и самозащиты с элементами рукопашного боя.

Развивающие задачи:

1. Развивать скоростно-силовые и координационные способности обучающихся;
2. Укреплять локтевые, кистевые суставы, развивать мелкую моторику рук через фланкировку, рубку шашкой «Казарла»;

3. Развивать физические качества в условиях дополнительного образования детей через участие в военно-спортивных играх и мероприятиях военно-патриотической направленности;
4. Совершенствовать практические навыки и умения поведения, в экстремальных ситуациях;
5. Приобретать и накапливать соревновательный опыт, а также опыт работы в команде;
6. Развивать силу воли и умение концентрироваться на выполнении поставленной задачи.

Воспитательные задачи:

1. Способствовать патриотическому воспитанию личности, нравственно-моральных качеств необходимых как для самозащиты, так и выполнения конституционных обязанностей по защите Отечества;
2. Воспитывать потребность в здоровом, безопасном и активном образе жизни.

При реализации данной программы применяются разнообразные формы и методы работы.

**Формы и методы, применяемые на занятиях:**

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия. Особенностью планирования программного материала является сведение максимально возможных параметров нагрузок, средств и методов тренировки и контроля в одну принципиальную схему годичного цикла овладения программой.

### **Основные характеристики программы**

**Тип программы:** модифицированная.

**Уровень сложности программы** – стартовый. Обучающиеся (группы) каждой возрастной категории (8-9 лет, 10-11 лет и 12-17 лет) находятся в равных условиях и возможностях. Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации занятий, тренировок оптимальной нагрузки с учётом специфики и особенностей возраста, физических возможностей обучающихся.

**Срок освоения программы** – 1 год.

Программа рассчитана на 2022-2023 учебный год, но в случае необходимости может быть реализована в течение более длительного срока. Педагог может дополнить программу, исходя из своего опыта, специализации, интересов и навыков обучающихся.

Время, отведенное на обучение, составляет 204 часа. Программа состоит из четырех разделов:

- раздел «Введение» – 1 час;
- раздел «Основы самообороны» – 77 часов;
- раздел «Рукопашный бой» – 75 часов;
- раздел «Навыки владения казачьей шашкой» – 48 часов;
- раздел «Аттестация учебного процесса» – 3 часа.

Организация учебно-тренировочного процесса по данной программе предусматривается в течение календарного года (34 учебных недели).

**Режим занятий.** Занятия по программе комбинированные, включающие теоретическую и практическую часть.

Количество часов из расчета 2 занятия по 2 часа в неделю на одну группу.

При формулировании условий реализации программы, необходимо учитывать, что списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учётом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы, по норме наполняемости и с учётом возрастных особенностей обучающихся:

- группа 8-9 лет: 2 академических часа по 30 минут 2 раза в неделю;
- группа 9-11 лет: 2 академических часа по 40 минут 2 раза в неделю;
- группа 12-17 лет: 2 академических часа по 45 минут 2 раза в неделю.

**Возраст и условия набора обучающихся и формирования групп**

Набор обучающихся в объединение в возрасте от 8 до 17 лет.

Максимальное количество обучающихся в группе 10 человек.

- группа 8-9 лет – от 8 до 10 обучающихся;
- группа 10-11 лет – от 8 до 10 обучающихся;
- группа 12-17 лет – от 8 до 10 обучающихся.

Группы формируются в начале учебного года на бесплатной основе. Обучающиеся должны предоставить медицинскую справку, подтверждающую отсутствие противопоказаний для занятий спортом. Занятия проводятся на базе МБУДО «ЦДО «Перспектива». Зачисление обучающихся происходит согласно пакета документов, утвержденного локальными актами МБУДО «ЦДО «Перспектива».

### **Планируемые результаты реализации программы**

#### **Личностные результаты:**

*Создание условий для формирования следующих умений:*

- под контролем педагога своевременно выполнять предлагаемые задания, упражнения;
- сохранять учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу, выполнению заданий, упражнений по самозащите;
- соблюдение мер безопасного обращения с холодным оружием, инвентарём;
- стремления к физическому самосовершенствованию, заниматься спортивно-оздоровительной деятельностью, вести безопасный и активный образ жизни;
- воспитание патриотизма, формирование активной гражданской позиции, чувства гордости за свою Родину, российский народ и его историю, осознание своей национальной принадлежности, готовность к её защите.

#### **Метапредметные результаты:**

*У обучающихся будут сформированы умения:*

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать предстоящую практическую работу, соотносить свои действия с поставленной целью, прогнозировать действия, необходимые для получения планируемых результатов;
- выполнять практические задания опираясь на оценку, комментирование педагога;
- применять базовые знания и умения при самозащите и безопасному обращению с холодным оружием;
- анализировать причины успеха/не успеха;
- слушать и слышать педагога и сверстников, совместно обсуждать предложенную или выявленную проблему;
- проявлять стремление к развитию физических и морально-волевых качеств;
- проявлять логическое и пространственное мышление, наблюдательность, память, внимание;
- адаптироваться к автономным условиям, быстро и грамотно действовать в экстремальных ситуациях;
- понимать и применять сформированные навыки и умения, качества на военно-спортивных мероприятиях/соревнованиях.

#### **Предметные результаты, обучающиеся:**

- знают основные требования к безопасному обращению с холодным оружием (шашкой);
- умеют использовать шашку при выполнении различных элементов, фланкировки;
- умеют осуществлять рубку шашкой «Казарла»;
- владеют основами самозащиты, самообороны в том числе с применением приёмов рукопашного боя;
- владеют опытом участия в военно-спортивных, культурных мероприятиях/соревнованиях;
- знают правила поведения в экстремальной ситуации, самообороне;
- укрепят здоровье и повысят уровень физических и психических качеств в соответствии с возрастными возможностями.

## **Общая характеристика этапов контроля, форм, способов контроля**

Этапы контроля:

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, на выявление отношения обучающегося к изучаемому предмету, на повышение уровня освоения текущего учебного материала. Текущий контроль осуществляется педагогом, регулярно (по мере прохождения учебного материала) в рамках расписания занятий. Форма контроля – тестирование, контрольные тренировки или участие в соревнованиях (военно-спортивных играх).

Промежуточная аттестация за первое полугодие обучения определяет успешность развития у обучающегося и усвоение им дополнительной общеразвивающей программы на определённом этапе обучения. Форма контроля – тестирование или контрольные тренировки со сдачей нормативов, способами проверки результатов (сводная таблица мониторинга достижений обучающихся).

Итоговая аттестация за второе полугодие за год обучения проводится в конце учебного года, определяет успешность усвоения дополнительной общеразвивающей программы согласно, ожидаемых результатов текущего года обучения. Форма контроля – тестирование или контрольные тренировки со сдачей нормативов, способами проверки результатов (сводная таблица мониторинга достижений обучающихся).

Итоговая аттестация за весь период обучения определяет успешность усвоения дополнительной общеразвивающей программы по итогам всего периода обучения. Способ подведения итогов реализации программы (сводная таблица мониторинга достижений обучающихся за учебный год).

По окончании обучения по дополнительной программе, обучающиеся получают свидетельство о прохождении обучения по общеразвивающей программе в соответствии с уровнем её освоения.

**КОМПЛЕКС  
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ  
Кадровое обеспечение**

Высшее профессиональное образование, среднее профессиональное образование (соответствующее профилю обучения), либо высшее профессиональное образование, среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без требований к стажу и квалификационной категории.

**Учебный план**

№ п/п	Разделы программы	Часовая нагрузка	Форма аттестации
1.	Введение	<b>1</b>	Тестирование Соревнования Контрольные тренировки
2.	Основы самообороны	<b>77</b>	
3.	Рукопашный бой	<b>75</b>	
4.	Навыки владения казачьей шашкой	<b>48</b>	
5.	Аттестация учебного процесса	<b>3</b>	
<b>Итого:</b>		<b>204</b>	

**Учебно-тематический план**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1. Введение</b>				
1.1	Информация о работе объединения, техника безопасности	1	1	
<b>Итого</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	-
<b>2. Основы самообороны</b>				
2.1	Теоретические аспекты самообороны	1	1	-
2.2	Практические аспекты самообороны	25	1	24
2.3	Техника приемов самообороны	25	1	24
2.4	Тактика самообороны	26	1	25
<b>Итого</b>		<b>77</b>	<b>4</b>	<b>73</b>
<b>3. Рукопашный бой</b>				
3.1	Общая физическая подготовка	20	1	19
3.2	Приемы рукопашного боя	25	1	24
3.3	Приемы защиты	30	1	29
<b>Итого</b>		<b>75</b>	<b>3</b>	<b>72</b>
<b>4. Навыки владения казачьей шашкой</b>				
4.1	Методика обучения фланкировки с 1 шашкой	10	1	9
4.2	Методика обучения фланкировки с 2 шашкам	10	1	9
4.3	Привила рубки шашкой в стойке	28	1	27
<b>Итого</b>		<b>48</b>	<b>3</b>	<b>45</b>
<b>5. Аттестация учебного процесса</b>				
5.1	Промежуточная аттестация за первое полугодие учебного года	1	-	1
5.2	Итоговая аттестация за второе полугодие учебного года	1	-	1
5.3.	Итоговая аттестация за год	1		1
<b>Итого</b>		<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
<b>Итого за период обучения</b>		<b>204</b>	<b>11</b>	<b>193</b>



## Содержание

### 1. Введение

#### 1.1 Информация о работе объединения, техника безопасности.

Информация о работе объединения, техника безопасности при проведении занятий в помещении, на улице, анкетирование.

### 2. Основы самообороны

#### 2.1. Теоретические аспекты самообороны.

Формирование навыков самообороны, изучение общих основ теории самообороны, ознакомление с методикой развития физических качеств, умение применять приемы в соответствии с правовыми нормами.

#### 2.2. Практические аспекты самообороны.

Использование спортивной техники для самозащиты, использование подручных средств для самообороны при нападении.

#### 2.3. Техника приемов самообороны.

Изучение общей характеристики приемов самообороны, стоек и перемещения. Значение общеразвивающих, подготовительных и специальных упражнений в тренировочном процессе. Индивидуальные упражнения, упражнения с партнером и предметами. Характеристика основных ударов, способы освобождения от захватов и обхватов.

#### 2.4. Тактика самообороны.

Изучение применения оборонительных тактических приемов при различных атаках. Роль психологических особенностей поведения нападающих и защищающегося. Использование ранее изученной техники перемещений, болевых приемов.

### 3. Рукопашный бой

#### 3.1 Общая физическая подготовка

Гимнастическая и атлетическая подготовка. Ознакомление и разучивание упражнений: кувырок вперед, кувырок назад, длинный кувырок, через левое плечо, через правое плечо, колесо. Тренировка упражнения подтягивания на перекладине, отжимания от пола. Ознакомление, изучение и совершенствование техники самостраховки. Упражнения на брюшной пресс.

#### 3.2 Приемы самообороны.

Ознакомление, изучение и совершенствование приемов: освобождение от захвата за руки, освобождение от захвата за туловище спереди (сзади), освобождение от захвата за шею спереди (сзади), приемов защиты в партере.

#### 3.3. Приемы нападения.

Ознакомление, изучение и совершенствование приемов: рычаг руки наружу, рычаг руки внутрь, задняя и передняя подножки, бросок через бедро, бросок через плечо. Броски с зацепом ног. Удары руками в голову и туловище.

### 4. Навыки владения казачьей шашкой

#### 4.1. Методика обучения фланкировки с 1 шашкой.

Изучение видов стоек. Разминочные и специальные упражнения для развития ловкости. Виды кругов: круг вперед, круг назад. Виды перехватов и прокрутки. Виды подбросов, комбинированные упражнения с 1 шашкой.

#### 4.2. Методика обучения фланкировки с 2 шашкам.

Изучение прокруток с 2 шашками, виды мельниц: прямая и обратная, восьмерки с 2 шашками. Комбинированные упражнения с 2 шашками.

#### 4.3 Правила рубки шашкой в стойке.

Изучение техники рубки шашкой в стойке по вывешенной мишени на уровне глаз и мишени на уровне ног.

### Материально – техническое оснащение программы

№ п/п	Наименование средства обучения	Единица измерения	Количество
1.	Ноутбук	шт.	1
2.	Проектор	шт.	1
3.	Пачка бумаги А4	шт.	3
4.	Ручка	шт.	20
5.	Карандаш	шт.	20
6.	Мат гимнастический	шт.	18
7.	Турник	шт.	1
8.	Макет шашки	шт.	10
9.	Самодельный тренажёр для рубки шашкой	шт.	1
10.	Тренажер для кисти рук	шт.	3
11.	Боксерские перчатки	шт.	10
12.	Защита на ноги	шт.	10
13.	Защитные шлема для рукопашного боя	шт.	10
14.	Лапы	шт.	1

### ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

#### Методическое обеспечение программы

#### Методические дидактические материалы

№ п/п	Наименование средства обучения	Единица измерения	Количество
<b>1. Методические рекомендации</b>			
1.1	Рекомендации по подготовке и проведению соревнований, полигонов, сборов по военно-патриотической направленности	шт.	1
<b>2. Информационная база</b>			
2.1	Учебные пособия по разделам программы	шт.	10
<b>3. Дидактические материалы к программе</b>			
3.1	Таблицы и плакаты	комплект	
3.2	Тесты-опросники по темам программы	комплект	
3.4	Видеоматериалы специализированных съемок, съемок рукопашного боя, самообороны, рубки шашкой «Казарла»	комплект	

#### Система оценивания и соотнесения с уровнями освоения программы

№ п/п	Ф.И. обучающегося	Первый Год обучения		Итоговая аттестация за весь период обучения	Уровень освоения программы
		1*	2*		
1.					
2.					
3.					

4.					
5.					
6.					
7.					
8.					

1\* Промежуточная аттестация за первое полугодие

2\* Итоговая аттестация за второе полугодие

В таблицу заносятся числовые показатели, которые соответствуют определённому уровню освоения учебного материала где: 3-высокий уровень; 2-средний уровень; 1-низкий уровень.

Педагог систематически отслеживает достигнутые результаты, анализирует и планирует дальнейшую работу как по группе в целом, так и индивидуально с каждым обучающимся.

### Оценочные материалы (контрольно-измерительные материалы) 1 год обучения

№	Параметры	Уровни			Форма проверки
		Высокий (3)	Средний (2)	Низкий (1)	
1.	Основы самообороны	Парное показательное выступление (применение тактических приемов самообороны в различных атаках)	Парное показательное выступление (применение не менее 5 тактических приемов самообороны в различных атаках)	Парное показательное выступление (применение не менее 5 тактических приемов самообороны в различных атаках)	Контрольное задание (практическое)
2.	Рукопашный бой	Парное показательное выступление (применение приемов защиты на технику выполнения приемов, скорость и самостраховка)	Парное показательное выступление (применение приемов защиты на технику выполнения приемов, скорость и самостраховка с 2 ошибками)	Парное показательное выступление (применение приемов защиты на технику выполнения приемов, скорость и самостраховка с 3 ошибками)	Контрольное задание (практическое)
3.	Навыки владения казачьей шашкой	Точное попадание шашкой по мишени.	Попадание шашкой по мишени с 2-3 ошибками.	Попадание шашкой по мишени с 4 и более ошибками.	Контрольное задание (практическое)

## Нормативные документы

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы стрелковой подготовки», разработана в соответствии с нормативными документами:

- Концепцией дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Государственной программой Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. от 09.05.2022);
- Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 16.04.2022);
- Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Федеральным законом Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (ред. от 11.06.2021);
- Федеральным проектом «Успех каждого ребёнка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 04.08.2020 г. ДГ-1249/06 «О внедрении примерной программы воспитания»;
- Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования «Перспектива»;
- Программой развития муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования «Перспектива» на 2021-2026 годы «Воспитательный эффект инновационного менеджмента организации дополнительного образования детей и взрослых в условиях цифровизации образования».

## Список литературы

1. Адамович Г.Э. Владение холодным оружием. Казачьи техники : учебное пособие. Краснодар «Кубанский гос. ун-т физ. Культуры, спорта и туризма», 2005 г.
2. Барчуков И.С., Кикоть В.Я. Физическая культура и физическая подготовка. Учебник. М.: «Юнити-Дана», 2013 г.
3. Вельмякин В.Н., Модестов В.В. Боевое самбо и рукопашный бой для спецвойск. Методическое пособие – Рязань, 1993 г.
4. Зайчиков А.С. Самозащита на улице: Учебное пособие. СПб.: Нева. 2008 г.
5. Ингерлейб М.Б. Боевые искусства и самооборона детей. М.: Феникс, 2002 г.
6. Самооборона: учеб. пособие для вузов физической культуры / под ред. А.В. Тышлера. – М.: СпортАкадемПресс, 2011 г.
7. Яровой А.В. «Казачьи боевые искусства. История, методика обучения и правила соревнований», Ростов-на-Дону, 2010 г.