

ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

для образовательных учреждений

(детско-юношеские спортивные школы, специализированные детско-юношеские спортивные школы и училища олимпийского резерва, федерации, спортивные клубы и другие юридические организации занимающиеся дополнительным образованием)

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

для УДО по единоборствам

(тхэквондо, бокс, каратэ,

кёкусинкай, борьба, кикбоксинг)

для учащихся спортивно-

оздоровительных групп (СОГ) 5–16 лет

Нижевартовск

2010

Евгений Головихин
Дина Владимировна Головихина
Александр Васильевич Денис
Образовательная программа
для УДО по единоборствам
(тхэквондо, бокс, каратэ,
кёкусинкай, борьба,
кикбоксинг) для учащихся
спортивно оздоровительных
групп (СОГ) 5–16 лет
Серия «Программы
спортивной подготовки»

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=3956595

Образовательная программа для УДО по единоборствам (тхэквондо, бокс, каратэ, кёкусинкай, борьба, кикбоксинг) для учащихся спортивно оздоровительных групп (СОГ) 5-16 лет: Нижневартовск; 2010

Аннотация

Учебная образовательная программа разработана для тренеров-преподавателей, инструкторов, педагогов, работающих в образовательных учреждениях спортивной направленности и развивающих различные виды спортивных единоборств. Программа содержит: исторические аспекты развития единоборств, здоровье формирующие принципы физического воспитания. В нормативной части изложены цели и задачи деятельности спортивных школ и образовательной программы на этапе СОГ, а также ее формализованная модель, требования государственного образовательного стандарта, часовая нагрузка и распределение содержания образовательного процесса на всех этапах активной спортивной деятельности. Методическая часть содержит организацию учебно-тренировочного процесса в спортивных школах, структуру и методы обучения, двигательнo-координационные основы, методические указания к организации учебно-тренировочного процесса, теоретический и практический материал. Изложены рекомендации по улучшению качества учебно-тренировочного процесса, с различными возрастными группами занимающихся. Отражены вопросы педагогического и врачебного контроля; восстановительные средства и мероприятия, а также инструкторская и судейская практики.

Содержание

Об авторах	5
Пояснительная записка	7
Направленность образовательной программы	7
Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	10
Цель и задачи дополнительной образовательной программы	12
Конец ознакомительного фрагмента.	13

**Евгений Васильевич
Головихин**

Образовательная

**программа для УДО по
единоборствам (тхэквондо,
бокс, каратэ, кёкусинкай,
борьба, кикбоксинг) для
учащихся спортивно
оздоровительных
групп (СОГ) 5-16 лет**

Об авторах

Автор-составитель:

Головихин Евгений Васильевич – доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный тренер России, мастер спорта международного класса. г. Нижневартовск

Денис Александр Васильевич – директор МОУ ДОД СДЮСШОР г. Нижневартовска

Головихина Дина Владимировна – заслуженный тренер РФ, мастер спорта, тренер-преподаватель г. Нижневартовск

Рецензенты:

Степанов С.В. – доктор педагогических наук, профессор, Заслуженный работник физической культуры РФ, заслуженный тренер России, мастер спорта, государственный тренер сборных команд по Уральскому федеральному округу, г. Екатеринбург

Давидзян Л.Ю. – доктор медицинских наук, профессор, г. Ульяновск

Овсянник О.А. – кандидат психологических наук, доцент, г. Ульяновск

Пояснительная записка

Направленность образовательной программы

Основной целью образования в системе единоборств является обучение и воспитание занимающихся различного уровня подготовленности и создание условий для формирования и развития личности в образовательном процессе. Достижение этих целей зависит от того, как будет сформировано содержание образования.

Цель программы – внести желательные изменения в опыт, понимание (образ мышления) и поведение (образ жизни) занимающихся. В образовании объединяются обучение, воспитание и развитие, обеспечивающие готовность личности к выполнению социальных и профессиональных задач. В образовании индивид осваивает систему ценностей, знаний, умений и навыков, соответствующих его интересам и общественным ожиданиям.

В образовательном процессе участвуют ученики и преподаватели, образовательные программы, содержание образования, методы и средства обучения, группа, коллектив единомышленников, спортивная школа, общеобразовательная

школа, окружающая среда в целом и, прежде всего, культурная среда и менталитет общества.

Самым действенным фактором образования были и остаются отношения и действия тренера-преподавателя, который определяет собой ту или иную степень успешности образования.

Все образовательные процессы носят двусторонний характер: каждому действию педагога соответствует определённая деятельность учеников. Учителя специально организуют познавательную работу учащихся в соответствии со своими действиями. Деятельность учителя по организации творческой активности учеников имеет решающее значение и не может быть отменена или заменена каким-либо другим процессом.

Образовательный процесс невозможен также без поддержания учителем интереса, любопытства, любознательности и положительного эмоционального настроения учеников. Устойчивый интерес учеников побуждает их к дальнейшей мыслительной деятельности и реалистической самооценке достижений лучше и с большей пользой, чем мотивы экзаменационного успеха и внешних поощрений.

Каждый элемент образовательного процесса сопровождается оценкой его результатов, для дальнейшего анализа, поощрения, наказания и коррекции. На каждом из этапов освоения программы важна оценочная реакция учителя в процессе обучения, оценка действий и творческих заданий, эк-

замены создают предпосылку для дальнейшего хода успешного образования. Но при этом существенно учитывать те моральные и физические усилия со стороны занимающегося.

В процессе образования постоянно осуществляется эмоциональное развитие учащихся. Всё содержание образования наполнено познавательными-теоретическими, эстетическими, социальными, экономическими, политическими, гедонистическими, религиозными ценностями и отношениями. Их структура изменяется под влиянием образования. Во-первых, учащиеся усваивают критерии и пути выбора эмоционально приемлемых для себя ситуаций и проблем. Во-вторых, в диапазон этого выбора включаются всё более отдалённые от конкретных и сугубо личных для учеников ситуации и проблемы. В-третьих, по мере развития учащихся их эмоции становятся всё менее связанными с физической активностью, менее непосредственными и экспрессивными.

Предвидение целей и мотивов учеников лежит в фундаменте образовательного процесса. Он не может начаться до осознания учителем характера и уровня способностей и имеющихся достижений детей, их сильных и слабых сторон, среды их общения и семейной обстановки, интересов и вкусов.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Именно с этими характеристиками учеников соотнобразуются ближайшие и отдалённые цели образовательного акта и всего учебного курса содержание образования в программе. Диагностика возможностей и способностей учащихся предшествует образовательному процессу и осуществляется на всём его протяжении.

Образование предполагает искусство учителя (чаще всего как лидера группы) предоставлять ученикам содержание образования в наиболее доступной для них форме и наиболее действенными методами. Содержание образования отвечает целям (потребностям) учащихся, а также социально детерминированным целям. Обе группы целей должны иметь гармонизирующую их общую часть.

Содержание образования в программе для групп спортивного оздоровления (СОГ) по тхэквондо, каратэ, боксу, борьбы, кикбоксингу основано на обучаемости занимающихся. Обучаемость включает в себя способности к научению, запоминанию, ассоциации и упражнению. Программа предусматривает поэтапное развитие способностей.

Эффективность работы тренеров-преподавателей во многом зависит от учебных планов и программ. Нами разработана учебная программа в области обучению тхэквондо, ка-

ратэ, боксу, борьбы кикбоксинга в нашей стране на начальном уровне получения образования в спортивных образовательных учреждениях.

Цель и задачи дополнительной образовательной программы

Настоящая программа деятельности для образовательных учреждений, непосредственно связанных с развитием тхэквондо, кикбоксинга, каратэ, боксу, борьбы как видов спорта, и так и формированием здорового образа жизни для спортивных групп, ЦДТ, ДЮСШ имеет направленный воспитательный, спортивно-оздоровительный и обучающий характер работы с детьми и подростками городов России.

На фоне социальных и экономических катаклизмов общества идет увеличение количества общественных организаций, спортивных клубов, кружков, секций, причем большую долю среди них составляют различные клубы и секции, где готовят спортсменов единоборцев различного уровня. При этом профессионализм педагогов-тренеров, занимающихся подготовкой спортсменов такого типа, к сожалению, часто не соответствует современным профессиональным требованиям, предъявляемым к специалистам этого уровня.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.