

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА г.АЛДАН»



Утверждаю:
Директор Спортивной
школы г.Алдан
Радченко Н.Д.

Принята:
Педагогическим советом
Протокол № 6
от « 1 » июня 2017 года

Дополнительная предпрофессиональная программа по
виду спорта «самбо»

Срок реализации программы: 8 лет.
Возраст детей, на которых рассчитана программа: 10-17 лет.

Разработчики программы:
Валов В.В.. тренер-препо-
даватель по самбо

г. Алдан 2017 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ:

1. Пояснительная записка.
2. Учебный план программы
 - 2.1. Учебный план программы.
3. Методическая часть программы
 - 3.1. Общая физическая подготовка.
 - 3.2. Специальная физическая подготовка.
 - 3.3. Техничко-тактическая подготовка.
 - 3.4. Практический материал
 - 3.5. Теоретическая подготовка.
 - 3.6. Восстановительные мероприятия и медицинское обследование.
 - 3.7. Воспитательная работа и психологическая подготовка
 - 3.8. Инструкторская и судейская практика.
 - 3.9. Система соревнований.
 - 3.10. Техника безопасности.
 - 3.11. Система контроля и зачетных требований.
 - 3.12. Требования к экипировке и спортивному инвентарю.
4. Список литературы.

1. Пояснительная записка

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «самбо», (далее «Программа») разработана и утверждена Спортивной школой г.Алдан в соответствии с Приказом от 12.09.2013г. № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам» (зарегистрирован Минюстом России 02.12.2013г., рег. № 30530.

Правовые вопросы данной программы регламентируются Федеральным законом от 29.12.12 г № «73-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации», « О физической культуре и спорте в РФ» от 14.12.07 г № 329-ФЗ, Приказа Министерства образования и науки РФ от 29.08.13 г № 1008 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказа Минспорта России от 27.12.13 г № 1125 « Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4.07.14 г № 41 « Об утверждении Сан ПиН 2.4.4.3172-14 « Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Уставом Спортивной школой г.Алдан.

Самбо — относительно молодой, но довольно популярный и интенсивно развивающийся вид спортивного единоборства. Основанием технического арсенала самбо служит комплекс наиболее эффективных приёмов защиты и нападения, отобранных из различных видов боевых искусств и национальной борьбы многих народов мира. Число приёмов в арсенале самбо непрерывно прирастает по мере развития этого вида спортивного единоборства. Сегодня в России самбо входит в число наиболее массовых видов спорта. Благодаря своей доступности (не требует дорогостоящих спортивных сооружений и экипировки) и роли в социальной жизни общества, самбо развивается в 72-х субъектах Российской Федерации. *Самбо занимаются более 300 тысяч россиян, в том числе 60 тысяч юных спортсменов в 589 отделениях спортивных школ и клубах по всей России.*

Основными местами начальной подготовки и учебно-тренировочных занятий юных спортсменов-любителей являются клубы по месту жительства, спортивные залы образовательных учреждений, учреждения дополнительного образования, спортивные клубы и секции, спортивные залы добровольных спортивных обществ и др. Разветвленная сеть организаций и учреждений, реализующих деятельность по привлечению детей и подростков к регулярным занятиям, выступает основой для повышения популярности и массовости самбо.

Большую работу по популяризации и развитию самбо, подготовке спортивного резерва, организации спортивно-массовых мероприятий проводят уникальные, не имеющие аналогов в мире, центры самбо: «Всемирная академия самбо» (г. Кстово, Нижегородская область), «Центр образования Самбо-70» (г. Москва).

Ежегодно более 12 тысяч спортсменов выполняют нормативы массовых спортивных разрядов. Ежегодно на всероссийском уровне проводится более 150 соревнований — чемпионаты России среди мужчин и женщин, первенства среди юниоров, юношей, юниорок и девочек, среди ветеранов, а также вреди среди студентов; кубки России, турниры, посвященные памяти выдающихся спортсменов страны, знаменательным датам в истории Отечества. Глубоко символичным стало ежегодное проведение накануне Дня Победы в одном из городов-героев международного юношеского турнира по самбо "Победа" среди сборных команд городов- героев и федеральных округов. В России регулярно проводятся престижнейшие международные турниры, такие как Кубок Президента Российской Федерации по самбо, Суперкубок мира «Мемориал А.А. Харлампиева» и другие. Россия неоднократно удостоивалась чести принимать чемпионаты Европы и мира.