

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 9 «ЖАР-ПТИЦА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
Протокол от 01 марта 2024 г. №4

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №9 «Жар-птица»
г. Симферополя

С.С.Лиманцева
Приказ от 01 марта 2024г. № 36

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



Сведения о сертификате

Сертификат: C0E1DDB075DA154493FC5E05ED77DBD1FE41E8DF
Срок действия с 15.01.2021 по 13.01.2031
Владелец: Лиманцева Светлана Сергеевна
Организация: МБДОУ №9 «Жар-птица» г. Симферополя
Должность: Заведующий
Основание: Я автор этого документа
Дата: 01-03-2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ПО КАРАТЭ-ДО

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень программы: ознакомительный
Возраст обучающихся: 4-7 лет

составитель:
Дьяченко Игорь Сергеевич,
Тренер-преподаватель дополнительного
образования

г. Симферополь, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	Содержание	стр.
1.	Комплекс основных характеристик программы	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи реализации Программы	11
1.3.	Воспитательный потенциал Программы	11
1.4.	Содержание Программы	12
1.5.	Планируемые результаты освоения Программы	16
2.	Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1.	Календарный учебный график	18
2.2.	Условия реализации программы	18
2.3.	Формы аттестации	21
2.4.	Список литературы	23
3.	Приложения	
3.1.	Приложение 1 Календарный учебный график	24
3.2.	Приложение 2 Оценочные материалы	25
3.3.	Приложение 3. Календарно-тематическое планирование	27
3.4.	Приложение 4. Лист корректировки	41
3.5.	Приложение 5. Методическое обеспечение к воспитательному блоку.	44

Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Программа разработана на основании следующих нормативных документов, регламентирующих функционирование системы дошкольного образования в РФ:

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ является следующая нормативно-правовая база:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

- Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

- Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»(в действующей редакции);

– Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

– Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

– Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

– Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» (в действующей редакции);

– Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

– Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

– Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

– Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для

реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

- Уставом и локальными МБДОУ №9 «Жар-птица» г. Симферополя.

Направленность программы по каратэ-до -физкультурно-спортивная.

Содержание программы представляет собой уникальную систему для развития дошкольников: сочетание общей и специальной физической подготовки, расширение кругозора, развитие познавательных процессов, формирование лучших качеств личности с учетом особенностей развития детей данного возраста.

В основу отбора и систематизации материала содержания Программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

Принцип комплексности программы выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон учебно-тренировочного процесса: теоретической, практической, физической и психологической подготовки, педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала по этапам обучения, в углублении и расширении теоретических знаний воспитанников, постепенном, от этапа к этапу усложнении содержания учебно-тренировочных занятий, единстве задач, средств и методов подготовки.

Принцип вариативности даёт определённую свободу выбора средств и методов для обучения воспитанников. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи педагог может вносить свои коррективы в построении учебно-тренировочных занятий, не нарушая общих подходов.

Программа содержит научно обоснованные рекомендации по структуре и организации учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки.

Актуальность программы заключается в популярности восточных единоборств в Российской Федерации. Этическое и нравственное воспитание, сопровождающее физическую и технико-тактическую подготовку детей, делают этот вид единоборств важным средством физического и морально-волевого

воспитания, а также пропаганды здорового образа жизни путем приобщения дошкольников к занятиям физической культурой и спортом.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она дает общую направленность тренировочного процесса и определяет систему нормативов при изучении базовой техники каратэ, теоретических знаний и воспитательных мероприятий. Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса тренировок, гармоничное сочетание укрепления здоровья и достижения спортивных результатов, с воспитанием морально-волевых качеств и наращиванием объема теоретических знаний.

Педагогическая целесообразность программы.

Каратэ-до - боевое искусство, основы которого лучше закладываются с детства.

Занятия по каратэ-до способствуют укреплению здоровья, повышению уровня жизнедеятельности, сопротивляемости организма действию неблагоприятных факторов окружающей среды, всестороннему развитию физических качеств (сила, гибкость, выносливость, скорость, координация движений, равновесие, ловкость).

Занятия каратэ развивают быструю и точную реакцию, выдержку и умение концентрироваться.

На занятиях каратэ ребенок учится взаимодействовать с другими детьми, контролировать свои эмоции, проявлять моральные и духовные качества, быть уверенным в критических ситуациях.

Занятия по каратэ-до - это отличная система психофизической подготовки.

Кроме того, занятия каратэ под руководством квалифицированного педагога стимулируют у детей умственное развитие - учат сосредотачивать внимание, развивают память, логическое и образное мышление, уводят от стереотипного мышления, укрепляют опорно - двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

Адресат программы. Программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет, проявляющих интерес к занятиям каратэ, не имеющих медицинских противопоказаний. В группы принимаются как девочки, так и мальчики, без

предъявления требований к уровню подготовки. Группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные. Формируются с учетом развития, круга интересов, личностных характеристик присущих для конкретного возраста. В этом возрасте складывается мировоззрение, развивается самооценка, проявляются его способности. Наполняемость учебной группы по годам обучения – до 15 человек.

Объем и срок обучения. Срок обучения по программе 1 год. Продолжительность образовательного процесса – 70 академических часов. В период летних школьных каникул занятия не проводятся.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса. Организация образовательного процесса осуществляется на основании учебного плана, календарного-учебного графика, программы дополнительного образования и разработанного на ее основе календарно-тематического планирования. Дошкольники могут быть укомплектованы в одновозрастные и разновозрастные группы, в зависимости от степени знаний, навыков и умений и являются основным составом группы. Состав группы – постоянный. Занятия - групповые, возможно деление на подгруппы. Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают беседы и практические занятия.

Режим занятий. Каждая группа занимается два раза в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность одного академического часа – 30 минут для обучающихся младшего дошкольного возраста, и 40 минут, для обучающихся старшего дошкольного возраста. Перерывы между группами 10 минут.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель программы: развитие физических и личностных качеств дошкольников посредством обучения каратэ-до.

Задачи программы:

1. Овладение двигательными умениями, навыками, специальными знаниями, технико-тактическими приёмами каратэ-до.
2. Развитие физических качеств (гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости).
3. Формирование интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.
4. Воспитание морально-волевых качеств (дисциплинированности, трудолюбия, инициативности, настойчивости, смелости, решительности, честности, доброжелательности).

1.3. Воспитательный потенциал Программы

В рамках программы воспитательный потенциал направлен на разностороннее развитие ребенка, формирование личностных характеристик, развитие физического потенциала, воспитание нравственно-психологических качеств. Занятия каратэ воспитывают морально-волевые качества ребенка и влияют на формирование его характера - он становится более уверенным в себе, учится сдержанности, самоконтролю, целеустремленности, дисциплинированности.

Кроме того, к ребенку прививается уважение к традициям и культуре, которые сформированы в спорте и восточных единоборствах.

Для реализации целей и задач, которые поставлены в рамках программы, дошкольники могут принимать участие в соревнованиях, аттестациях и других проводимых мероприятиях. В результате участия ребенка в спортивных мероприятиях будет достигнут высокий интерес и желание к занятиям по каратэ.

1.4. Содержание программы Учебно-тематический план

Для детей младшего дошкольного возраста (4-5 лет)

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
1.	Вводное занятие.	1	1	-	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
2.	Этикет до-дзё. Терминология.	2	0,2	1,8	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
3.	ОРУ.	7	1,6	5,4	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
4.	Акробатика.	5	1	4	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
5.	Изучение стоек.	7	1,4	5,6	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
6.	Изучение техники блоков.	10	2	8	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
7.	Изучение техники ударов руками.	8	1,6	6,4	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
8.	Изучение техники ударов ногами.	8	1,6	6,4	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
9.	Изучение техники перемещений «кихон».	19	3,8	15,2	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
10.	Итоговое занятие.	1	-	1	Итоговый контроль
	Итого:	68	14,2	53,8	

Для детей старшего дошкольного возраста(5-7 лет)

№ п/п	Наименование темы	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/контроля
1.	Вводное занятие.	1	1	-	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
2.	Этикет до-дзё. Терминология.	2	0,4	1,6	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
3.	ОРУ.	8	1,6	6,4	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
4.	Акробатика.	5	1	4	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
5.	Изучение стоек.	7	1,4	5,6	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
6.	Изучение техники блоков.	9	2	7	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
7.	Изучение техники ударов руками.	10	2	8	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
8.	Изучение техники ударов ногами.	10	2	8	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
9.	Изучение техники перемещений «кихон».	15	3	12	Опрос, демонстрация, выполнение упражнений
10.	Итоговое занятие.	1	-	1	Итоговый контроль
	Итого:	68	14,4	53,6	

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория. История развития каратэ. Инструктаж техники безопасности.

Практика. Диагностика развития физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости на начало обучения.

2. Этикет додзё. Терминология.

Теория. Правила этикета и поведения в додзё. Основные термины, счёт на японском языке.

Практика. Отработка на практике простейших команд на японском языке: группа построились, упражнение выполняй, закончить упражнение.

3. Общие развивающие упражнения (ОРУ).

Теория. Виды комплексов ОРУ: беговые упражнения, растяжка, силовые упражнения.

Практика. Отработка на практике элементов ОРУ.

4. Акробатика.

Теория. Понятие акробатики.

Практика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик».

5. Изучение стоек.

Теория. Классификация стоек.

Практика. Отработка стоек и передвижение.

6. Изучение техники блоков.

Теория. Классификация базовых блоков.

Практика. Отработка блоков.

7. Изучение техники ударов руками.

Теория. Классификация базовых ударов руками.

Практика. Отработка ударов руками в стойке и на спортивных снарядах (лапы, макевары).

8. Изучение техники ударов ногами.

Теория. Классификация базовых ударов ногами.

Практика. Отработка ударов ногами в стойке и на спортивных снарядах (лапы, макевары).

9. Изучение техники перемещений «кихон».

Теория. Классификация типов и способов перемещений.

Практика. Отработка перемещений с выполнением блоков и ударов.

10. Итоговое занятие.

Практика: Показ результатов. Проведение открытого занятия для родителей.

Традиционные элементы всех занятий.

Общая физическая подготовка(ходьба, бег, прыжки).

Ходьба. Обычным шагом, на внешней стороне стопы, перекатом пятки на носок, на носках, на пятках, с выпадами, спиной вперед, высоко поднимая колено, с захлестом голени назад, полном приседе, полуприседе.

Бег. Обычный, высоко поднимая колено, с захлестом голени назад, выбрасывая прямую ногу вперед, бег с различными заданиями (наклон вперед, коснуться ладонями пола, с выпрыгиванием вверх, колени к плечам, поворотом на 360), с изменением направления, боком приставным шагом, спиной вперед, сохраняя равновесие на одной ноге после остановки.

Прыжки. Подпрыгивания на месте разными способами (ноги скрестно, ноги врозь; одна нога вперед, другая назад; попеременно на правой и левой ноге; поворотом кругом; через невысокие предметы; вверх из глубокого приседа), в высоту с разбега, на одной, двух ногах.

Общеразвивающие упражнения.

Движения головы. Наклоны вперед, назад, в стороны; повороты вправо, влево; вращение с ограниченной амплитудой.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Вращение рук; вращение кистями рук; круговые движения руками, согнутыми в локтях; разведение рук в стороны из положения рук перед грудью; поднимание рук сцепленными в замок пальцами (кисти повернуты тыльной стороной внутрь) вперед-вверх; сжатие и разжатие пальцев (кулак);

отведение локтей назад; маховые движения руками через стороны.

Упражнения для туловища. Повороты вправо, влево; наклоны вперед, в стороны, назад, вращения туловищем из положения стоя, наклон вперед, руки в стороны («Мельница»), прогибы, лежа на животе («Лодочка»).

Упражнения для ног. Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; стоя, держась за опору, поочередно поднимать прямую ногу; стоя, держась за опору, поочередно поднимать согнутую в колене ногу с последующим выпрямлением; приседать, держа руки перед лицом; махи ногами, держась за опору; вращения стопы; вращения в тазобедренных суставах; вращения коленями.

Дыхательные упражнения.

Вдох максимально глубокий через нос, полный резкий выдох через рот.

Подвижные игры.

«День и ночь», «Тореадор», «Ловишки с базовыми стойками», «Покажи удар».

1.5. Планируемые результаты освоения Программы

В результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по каратэ-до для дошкольников дети должны знать:

Основной результат – Самостоятельное выполнение технико-тактических приёмов.

Предметные результаты: сформированные умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала (базовые стойки, удары, блоки)

Метапредметные результаты: сформированная общественная активность личности, гражданская позиция, культура общения и поведения в социуме, навыки здорового образа жизни и т.п.

Личностные результаты: приобщение к здоровому образу жизни, формирование правильной осанки, умение вести себя достойно, проявляя уважение к преподавателям и другим воспитанникам, ко всем посетителям до-дзэ.

Будет знать: историю возникновения каратэ-до; ударные поверхности; счет на японском языке от 1 до 10; этику поведения в зале (ДОДЗЁ); приемы самоконтроля за техникой выполнения упражнений; правила безопасного поведения в зале действия воспитанников и тренера в опасных ситуациях (пожар, угроза взрыва, стихийное бедствие и др.);

в спортивном зале, на открытых площадках, во время соревнований,

Имеет понятие: о пользе занятий каратэ-до; о здоровом образе жизни; о до-дзэ, где приняты особые правила поведения: до-дзэ – место для занятий каратэ-до (спортивный зал, открытая площадка), нужно выполнять поклоны перед входом в до-дзэ, перед началом и по окончании работы в парах, при обращении к воспитаннику тренера; о точном выполнении указаний тренера.

Будет уметь: выполнять поклоны перед входом в до-дзэ, перед началом и по окончании работы в парах, при обращении к воспитаннику тренера; точно выполнять указания тренера; находясь в до-дзэ, избегать опираться о стены и оборудование, разговаривать, выходить из спортивного зала, садиться или ложиться на пол только с разрешения тренера; допустив ошибку или неловкость,

попросить прощение; проявлять уважение к преподавателям и другим воспитанникам, ко всем посетителям до-дзе; вести себя с достоинством; быть скромным.

Приобретет навыки: общения со сверстниками, адекватного реагирования на внешние раздражители, при проигрыше в спарринге, или на соревнованиях. А также избавляется от излишней стеснительности, боязни общества, комплекса «взгляда со стороны», приобретает общительность, открытость, ответственность перед коллективом.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график - это составная часть образовательной программы, определяет количество учебных недель и количество учебных дней, даты начала и окончания учебных периодов/этапов; является обязательным приложением к дополнительной общеобразовательной программе и составляется для каждой группы. Начало учебного года – 12 сентября. Конец учебного года – 31 мая. Начало занятий 15.30, окончание – не позднее 18.30. Продолжительность учебного года 34 недели. Занятия проводятся согласно расписанию, утвержденному заведующим МБДОУ №9 «Жар-птица» г. Симферополя, включая каникулы. В летний период занятия не проводятся.

Допускается работы с группами переменного состава, уменьшение численного состава. Календарный учебный график представлен в Приложении 1.

2.2. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы следующие аспекты:

- **кадровое обеспечение:** важнейшим условием реализации программы дополнительного образования является кадровое обеспечение учебного процесса в соответствии с «Единым квалификационным справочником».

Реализацию программы обеспечивает педагог, который организует деятельность обучающихся по усвоению знаний, формированию умений и компетенций; созданию педагогических условий для формирования и развития спортивных способностей, удовлетворению потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укреплению здоровья; обеспечивает освоение обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы;

- **материально-техническое обеспечение:** спортивный зал для проведения занятий, гимнастические маты, лапы, макевара.

Методическое обеспечение образовательной программы:

Форма организации обучения – **очная.**

Наличие у детей формы для занятий (у мальчиков и девочек: шорты, футболка, чешки или кроссовки).

Методика обучения каратэ опирается на общепедагогические принципы с учетом индивидуального подхода к ребенку: сознательность и активность, систематичность, наглядность, доступность.

Систематичность - занятия каратэ должны проводиться регулярно, в определенной системе.

Доступность - физическая нагрузка на занятиях каратэ должна быть доступна детям дошкольного возраста и соответствовать уровню подготовленности.

Активность – так как основной формой деятельности дошкольников является игра, необходимо применять как можно больше игр и игровых упражнений, благодаря использованию которых, процесс обучения элементам каратэ становится разнообразным и интересным для детей.

Наглядность - для успешного прохождения процесса обучения элементам каратэ, объяснение должно сопровождаться показом упражнений, а также на занятиях по каратэ необходимо использовать наглядные пособия (рисунки, плакаты и т.д.).

Последовательность и постепенность - во время обучения детей элементам каратэ простые и легкие упражнения должны предшествовать более сложным и трудным упражнениям, поэтому приступать к ним нужно только после хорошего освоения, правильного и уверенного выполнения предыдущих упражнений.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация;

Формы организации образовательного процесса: индивидуально-групповая, групповая.

Педагогические технологии- технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной деятельности.

Алгоритм занятия. Важным условием всей работы является сохранение игрового начала: короткое объяснение – пробный показ – краткий анализ показа. Поощрение лучших воспитанников. Каждое занятие несет в себе новый элемент, упражнение,

задание или игру. Если задание оказалось сложным для детей, то его надо заменить на более легкое, чтобы к нему вернуться на другом этапе.

Методические и дидактические материалы: подвижные игры, комплексы игровых упражнений и задания; рисунки, схемы, плакаты, оборудование для ОРУ.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно - познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий.

При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Для повышения интереса к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий. Большое внимание на занятиях уделяется работе над ошибками, активности и самоконтролю. Основной формой проведения занятий является комбинированное занятие. В рамках одного занятия, используется столько форм и методов обучения, сколько необходимо для реализации поставленных цели и задач.

2.3. Формы аттестации

Педагогический контроль над реализацией общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется с целью отслеживания результатов образовательной деятельности, прогнозирования результатов обучения, поощрения учащихся.

Основными формами контроля являются:

- входной контроль, который проводится на вводном занятии в форме собеседования и наблюдения;
- текущий контроль, который осуществляется непосредственно на занятии;
- промежуточный контроль проводится в форме контрольных упражнений на развитие физических качеств.
- итоговый контроль проводится в форме демонстрации приобретенных навыков после каждого пройденного раздела программы.

В конце учебного года проводится итоговая аттестация в форме показательных выступлений.

Виды и формы контроля (аттестации) разработаны для определения результативности Программы и призваны отражать достижения цели и задач.

Виды и формы контроля (аттестации) уровня освоения содержания Программы

Время проведения	Цель контроля	Виды контроля	Формы контроля(аттестации)
В начале учебного года	Определение уровня развития физических качеств детей	Начальный или входной контроль	Выполнение контрольных упражнений на развитие физических качеств.
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения воспитанниками материала Программы. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности воспитанников в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения	Текущий контроль	Опрос по теории. Выполнение контрольных упражнений на развитие физических качеств и контрольных заданий на сформированность технико-тактических приёмов. Самостоятельная работа.

В конце полугодия	Определение изменений уровня развития детей.	Промежуточный контроль	Опрос по теории. Выполнение контрольных упражнений на развитие физических качеств. Контроль сформированности технико-тактических приёмов. Показательно-тренировочное выступление.
В конце учебного года	Определение результатов обучения - решение цели из задач Программы. Получение сведений для совершенствования Программы.	Итоговый контроль	Опрос по теории. Контрольное занятие на выявление развития физических качеств. Контроль сформированности технико-тактических приёмов. Итоговое показательное выступление.

Общая система оценки сформировано с технико-тактических приёмов:

В – ребенок выполняет самостоятельно предложенные задания;

С – ребенок с помощью взрослого выполняет некоторые предложенные задания;

Н – ребенок не может выполнить все предложенные задания, помощь взрослого не принимает.

2.4. Список литературы

1. Боевые искусства и спортивные единоборства: наука, практика, воспитание: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 6-17 июня 2016г.-РГУФКСМиТ, 2016 г.- 294с.
2. Восточные единоборства. Учебное пособие./Ю.А.Бахарев, В.П. Тупицын, С.Б. Панкратов, А.М. Морозов, А.С. Лобанов, И.А. Сорокин -Нижний Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2018г. -124с.
3. Глазырина Л.Д. «Физическая культура - дошкольникам. Старший возраст»: Пособие для педагогов дошкольных учреждений.- М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2000
4. Евсеев, Ю.Н. Физическая культура [Текст]/Ю.Н. Евсеев.-Ростов н/Д: Феникс, 2004. - 384 с.
5. Ильин, Е.П. Психология физического воспитания. – Спб., 2000. – 231 с
6. Лапшин С.А.: ««Каратэ-до», основная техника и методика преподавания»,1994 г
7. Лапшин С. А. Карате - до. Санкт – Петербург, 2012 г 4. А.А. Долин, Г. С. Попов. Кемпо – традиции боевых искусств, Санкт – Петербург, 2015 г.
8. Микрюков В.Ю. Каратэ-до (боевые искусства). Учебное пособие. – ООО «Издательство Астрель», 2009. – 428 с.
9. Накаяма М.: «Лучшее каратэ. Основы», 2002 г.
- 10.Рудаков А. Л. «Использование элементов каратэ-до как средства коррекции здоровья ребенка в условиях дошкольных образовательных учреждений». Физическая культура и спорт // Здоровьесберегающие технологии. Материалы международного симпозиума, Красноярск, ноябрь 2004 г. - С. 246 - 247.
- 11.Степаненкова Э.Я. «Физическое воспитание в детском саду». Программа и методические рекомендации. - М.: Издательство Мозаика-Синтез, 2006.
12. Трусов О.В. Шотокан Каратэ-до. Кн.1. Основные аспекты. Кн.2. От новичка до мастера. К.: «София», 2000 г.

Календарный учебный график

Начало учебного года – 12 сентября. Конец учебного года – 31 мая. Начало занятий 15.30, окончание – не позднее 18.30. Продолжительность учебного года 34 недели. Занятия проводятся по вторникам и четвергам согласно расписанию, утвержденному заведующим МБДОУ №9 «Жар-птица» г. Симферополя, включая каникулы. В летний период занятия не проводятся.

Календарный учебный график единый для всех групп.

Месяц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь			
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Кол-во часов	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Форма контроля	<i>В течение учебного года текущий контроль. Освоение обучающимися учебного материала по разделам и темам полугодия</i>															
Всего часов	6				8				8				8			

Месяц	Январь			Февраль				Март				Апрель				Май			
Недели обучения	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
Кол-во часов	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Форма контроля	В течение учебного года текущий контроль. Освоение обучающимися учебного материала по разделам и темам полугодия																	Итоговый контроль освоения программы	
Всего часов	6			8				8				8				8			

Объем программы: **68 часов**

Приложение 2

Критериями уровня освоения программы являются результаты показанные воспитанниками:

- При ответах на контрольные вопросы по теории (основы знаний по каратэ);
- Техника выполнения стоек, ударов, блоков.

Контрольные вопросы по теории

1. Что такое каратэ?
2. История возникновения каратэ-до.
3. Появление каратэ-до в России.
4. О пользе занятий каратэ-до.
5. О здоровом образе жизни.
6. Счет на японском языке от 1 до 10.
7. Этика поведения в зале (до-дзэ).
8. Правила личной гигиены, гигиенические требования к одежде (Каратеги);
9. Приемы самоконтроля за техникой выполнения упражнений и за собственным самочувствием;
10. Значение физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации, движений, равновесия, ловкости) в каратэ-до.
11. Термины в каратэ-до (команды, ударные поверхности, названия технико-тактических приемов и оборудования).
12. Техника безопасности на занятиях каратэ в спортивном зале.

Критерии оценки:

Отвечает правильно и развёрнуто на все вопросы	Высокий уровень(В)
Не может дать правильного и развёрнутого ответа на 1-2 вопроса	Средний уровень(С)
Не может дать правильного и развёрнутого ответа более чем на 2 вопроса	Низкий уровень(Н)

Техника выполнения стоек, ударов, блоков

Наименование	Уровни		
	В	С	Н
Базовые стойки			
Удары:			
- ударные поверхности			
- удары руками			
- удары локтями			
- удары ногами			
Блоки:			
- блоки руками			
- блоки ногами			

**Календарно-тематическое планирование
(младший дошкольный возраст)**

№ п/п	Тема занятия	Часы		Кол- во часов	Дата по плану	Дата по факту
		теория	практика			
1.	Основы знаний карате-до. Правила безопасности при выполнении упражнений.	1	0	1		
2.	Понятие о до-дзе, основы этики, терминология. Техника безопасности при занятиях в спортивном зале.	0,2	0,8	1		
3.	Диагностика развития физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости на начало обучения.	0,2	0,8	1		
4.	Значение физических качеств (гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты) в каратэ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости.	0,2	0,8	1		
5.	ОРУ. Акробатика (понятие акробатика). Изучение стоек (классификация стоек).	0,2	0,8	1		
6.	ОРУ. Изучение техники блоков (классификация базовых блоков). Отработка блоков.	0,2	0,8	1		
7.	ОРУ. Изучение техники выполнения ударов руками. Классификация базовых ударов руками. Отработка ударов руками в стойке и на спортивных снарядах (лапы, макевары).	0,2	0,8	1		
8.	ОРУ. Изучение техники ударов ногами. Классификация базовых ударов ногами. Отработка ударов ногами в стойке и на спортивных снарядах (лапы, макевары).	0,2	0,8	1		
9.	ОРУ. Изучение техники перемещений «кихон». Классификация типов и способов перемещений. Отработка перемещений с выполнением блоков и ударов.	0,2	0,8	1		

10.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Изучение стойки.	0,2	0,8	1		
11.	ОРУ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости.	0,2	0,8	1		
12.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Изучение стойки.	0,2	0,8	1		
13.	ОРУ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости.	0,2	0,8	1		
14.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Изучение стойки.	0,2	0,8	1		
15.	ОРУ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости. Отработка стойки.	0,2	0,8	1		
16.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стойки.	0,2	0,8	1		
17.	ОРУ. Отработка стойки и передвижение. Отработка блоков.	0,2	0,8	1		
18.	ОРУ. Отработка стойки и передвижение. Отработка блоков.	0,2	0,8	1		
19.	ОРУ. Отработка блоков, изучение ударов руками.	0,2	0,8	1		
20.	ОРУ, кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками.	0,2	0,8	1		
21.	ОРУ, кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками.	0,2	0,8	1		
22.	ОРУ, кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками.	0,2	0,8	1		
23.	ОРУ, кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками.	0,2	0,8	1		
24.	ОРУ, кувырки вперёд и назад,	0,2	0,8	1		

	упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками.					
25.	ОРУ, кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками.	0,2	0,8	1		
26.	ОРУ, кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками.	0,2	0,8	1		
27.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка ударов руками, изучение ударов ногами.	0,2	0,8	1		
28.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
29.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
30.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
31.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
32.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
33.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
34.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
35.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
36.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
37.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
38.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка	0,2	0,8	1		

	стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами.					
49.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
50.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
51.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
52.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
53.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
54.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
55.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
56.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
57.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		

58.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
59.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
60.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
61.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
62.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
63.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
64.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
65.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
66.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов	0,2	0,8	1		

	ногами, техники передвижения «кихон».					
67.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
68.	Итоговое занятие	-	1	1		

(старший дошкольный возраст)

№ п/п	Тема занятия	Часы		Кол- во часов	Дата по плану	Дата по факту
		теория	практика			
1.	Основы знаний карате-до. Правила безопасности при выполнении упражнений.	1	0	1		
2.	Понятие о до-дзэ, основы этики, терминология. Техника безопасности при занятиях в спортивном зале.	0,2	0,8	1		
3.	Диагностика развития физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости на начало обучения.	0,2	0,8	1		
4.	Значение физических качеств (гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты) в каратэ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости.	0,2	0,8	1		
5.	ОРУ. Акробатика (понятие акробатика). Изучение стоек (классификация стоек).	0,2	0,8	1		
6.	ОРУ. Изучение техники блоков (классификация базовых блоков). Отработка блоков.	0,2	0,8	1		
7.	ОРУ. Изучение техники выполнения ударов руками. Классификация базовых ударов руками. Отработка ударов руками в стойке и на спортивных снарядах (лапы, макевары).	0,2	0,8	1		
8.	ОРУ. Изучение техники ударов ногами. Классификация базовых ударов ногами. Отработка ударов ногами в стойке и на спортивных	0,2	0,8	1		

	снарядах (лапы, макевары).					
9.	ОРУ. Изучение техники перемещений «кихон». Классификация типов и способов перемещений. Отработка перемещений с выполнением блоков и ударов.	0,2	0,8	1		
10.	ОРУ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости.	0,2	0,8	1		
11.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувьрки вперёд и назад, упражнение «мостик». Изучение стоек.	0,2	0,8	1		
12.	ОРУ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости. Отработка стоек.	0,2	0,8	1		
13.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувьрки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек.	0,2	0,8	1		
14.	ОРУ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости. Отработка стоек.	0,2	0,8	1		
15.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувьрки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек.	0,2	0,8	1		
16.	ОРУ. Развитие физических качеств: гибкости, координации движений, равновесия, выносливости, силы, быстроты, ловкости. Отработка стоек.	0,2	0,8	1		
17.	ОРУ. Акробатика. Освоение и выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувьрки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек.	0,2	0,8	1		
18.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувьрки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков.	0,2	0,8	1		
19.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувьрки вперёд и назад, упражнение	0,2	0,8	1		

	«мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков.					
20.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Изучение ударов руками.	0,2	0,8	1		
21.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками.	0,2	0,8	1		
22.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками.	0,2	0,8	1		
23.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками.	0,2	0,8	1		
24.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками.	0,2	0,8	1		
25.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками.	0,2	0,8	1		
26.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками.	0,2	0,8	1		
27.	ОРУ. Выполнение упражнений на развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками.	0,2	0,8	1		
28.	ОРУ. Выполнение упражнений на	0,2	0,8	1		

	развитие координации и равновесия: кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик». Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками. Изучение ударов ногами.					
29.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
30.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
31.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками, ударов ногами. Изучение техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
32.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек и передвижение. Отработка блоков. Отработка ударов руками, ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
33.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
34.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
35.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
36.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
37.	ОРУ. Отработка ударов ногами. Отработка техники перемещений «кихон».	0,2	0,8	1		
38.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов	0,2	0,8	1		

49.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
50.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
51.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
52.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
53.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
54.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами.	0,2	0,8	1		
55.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
56.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
57.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стоек, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
58.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка	0,2	0,8	1		

	стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».					
59.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
60.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
61.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
62.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
63.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
64.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
65.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
66.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		

67.	ОРУ. Кувырки вперёд и назад, упражнение «мостик», отработка блоков и ударов руками. Отработка стойки, блоков, ударов руками, ударов ногами, техники передвижения «кихон».	0,2	0,8	1		
68.	Итоговое занятие	-	1	1		

**Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
по карате-до**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Каратэ-до» разработана и введена в учебную деятельность в 2023 году.

Изменения, вносимые в программу:

1. Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

2. Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

5. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 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» (в действующей редакции);

7.Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

8.Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

9.Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

10.Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

11.Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

12.Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

13.Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

14.Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

15.Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны».

**Методическое обеспечение к воспитательному блоку
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
по карате-до**

Нравственное воспитание - это процесс, направленный на формирование твердых моральных убеждений, нравственных черт и навыков поведения. **Каратэ** помогает выработать у ребенка такие качества, как целеустремленность и трудолюбие. Групповые занятия помогают ему найти общий язык в коллективе, влияют на формирование характера ребенка — он становится более уверенным в себе, учится сдержанности, самоконтролю, целеустремленности.

Обучение детей **каратэ** связано развитием их морально-волевых качеств: доброжелательности и взаимопомощи, честности, справедливости. Основные элементы базовой техники этого боевого искусства способствуют воспитанию у дошкольников уверенности в своих силах. При обучении базовым элементам **каратэ** создаются возможности для углубления и уточнения гуманных чувств и этических представлений (*о доброте, честности*). При выполнении основных элементов восточного единоборства важно пробудить у детей сочувствие к сверстнику, нечаянно попавшему в беду, научить их отличать преднамеренные поступки от непреднамеренных. В восточных единоборствах ребенок ставится в такие условия, когда ему самому приходится решать, как действовать, чтобы достичь цели. Характер движений заставляет действовать быстро, проявлять **сообразительность**, умение увернуться, преодолеть препятствие.

Досуговая деятельность реализуется через систему досуговых мероприятий. Она спонтанна, т.к. отражает изменчивость и неустойчивость интересов детей, скорее планируется (т.е. намечается система конкретных дел), чем программируется. Здесь важно помнить о следующем:

- нужно выдерживать «красную линию», она – грань меры, допустимая грань во всем: в секции необходимо создать и удержать демократический дух между

воспитанниками и педагогами, переход за линию ведет к панибратству, лже дружбе, нужна разумная дистанция в отношениях, нарушение линии ведет к разрушению нормальных контактов между ребятами и педагогами;

- организация деятельности, связанной с риском для жизни, здоровья, психики ребят. В детско – подростковом досуге много «зон риска» (походы, игры порой не безобидны). «Красная линия» контролирует выбираемый «предел», его подсказывает личный опыт, интуиция, осторожность. Здесь важно все: мера досуговой деятельности, санитарно-гигиеническая сторона досуга, безопасность игр и реквизита, «политика» досуговых заблуждений детей и т.д.

- в работе, сотрудничестве с детьми нельзя терять высоты (надо отслеживать качество дел, отношений, слов, помыслов), т.е. четко должна прослеживаться ценность дела, мероприятия для личностного развития и гражданского становления ребенка.

- любой ребенок должен реализоваться, личная реализация общих ценностей – регулятор социального поведения; апатию, инфантилизм, инерцию у ребят рождают неудачи, а в досуге заложен резерв удач, здесь говорим о ситуации успешности для всех и для каждого; сам по себе качественный и разнообразный досуг одобряет, выпрямляет, реабилитирует ребят.

В основе воспитательного блока лежат:

- Игра – воображаемая или реальная деятельность, организуемая среди ребят для обучения, досуга, общения, развития. Позиция ребенка зависит от отводимой ему роли в игре, ее целей и может быть различной: от наблюдателя до организатора.

- Мероприятие – относительно завершенная совместная деятельность в определенный фиксированный промежуток времени, организуемая педагогом с воспитательно-образовательной целью. Позиция ребенка, как и в игре, может быть разной.