


Департамент образования мэрии города Новосибирска  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
города Новосибирска  
«Дворец творчества детей и учащейся молодежи «Юниор»

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»  
от «14» августа 2023 г.  
Протокол № 34

 **УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»  
Вострокнутов А.В.  
Приказ № 116/1  
от «15» августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
социально-гуманитарной направленности

«Русский рукопашный бой»  
базового уровня

Возраст обучающихся: *8-14 лет*  
Срок реализации: *1 год*

Автор-составитель программы:  
Надёжкин Виталий Сергеевич,  
педагог дополнительного образования  
первой квалификационной категории

Новосибирск, 2023

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ</b>	3
<b>1.1. Пояснительная записка</b> .....	3
1.1.1 Направленность программы.....	3
1.1.2 Нормативные документы.....	3
1.1.3 Актуальность программы.....	5
1.1.4 Отличительные особенности программы, новизна.....	5
1.1.5 Целевая аудитория (адресат программы).....	6
1.1.6 Объем программы .....	8
1.1.7 Срок освоения, срок обучения.....	8
1.1.8 Формы обучения.....	8
1.1.9 Язык обучения .....	8
1.1.10 Уровень программы .....	8
1.1.11 Особенности организации образовательного процесса.....	8
1.1.12 Режим занятий .....	8
<b>1.2. Цель и задачи программы</b> .....	8
<b>1.3. Содержание программы</b> .....	9
1.3.1 Учебный план.....	9
1.3.2 Содержание учебного плана.....	10
<b>1.4. Планируемые результаты</b> .....	10
<b>РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	12
<b>2.1. Календарный учебный график</b> .....	12
<b>2.2. Условия реализации программы</b> .....	12
2.2.1 Материально-техническое обеспечение.....	12
2.2.2 Информационное обеспечение.....	12
2.2.3 Кадровое обеспечение.....	12
<b>2.3. Формы аттестации</b> .....	12
<b>2.4. Оценочные материалы</b> .....	13
<b>2.5. Методические материалы</b> .....	14
<b>2.6. Рабочая программа воспитания</b> .....	17
<b>2.7. Календарный план воспитательной работы</b> .....	22
<b>3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	24
<b>4. ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	30

# РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русский рукопашный бой» реализуется на базе МАУ ДО ДТД УМ «Юниор», г. Новосибирск.

### 1.1.1 Направленность программы

Программа имеет социально-гуманитарную направленность, формирует здоровый образ жизни и развивает патриотизм, ответственность и дисциплинированность.

### 1.1.2 Нормативные документы

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Русский рукопашный бой» разработана и ежегодно корректируется на основе:

1. Конституция Российской Федерации (от 12.12.1993 с изм. 01.07.2020);
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности РФ»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
6. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
7. Федеральный закон от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
8. Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022 №261-ФЗ;
9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
10. Стратегическое направление в области цифровой трансформации образования, относящейся к сфере деятельности Министерства просвещения Российской Федерации (утв. распоряжением Правительства РФ от 02.12.2021 № 3427);
11. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678);
12. Постановление 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»;

13. Постановление 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»);

14. Федеральные проекты «Цифровая образовательная среда», «Современная школа», «Патриотическое воспитание» (2020);

15. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

16. Приказ 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»;

17. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

18. Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

19. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 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»;

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

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

22. Концепция развития креативных индустрий в Новосибирской области (утв. постановлением Правительства НСО от 08.06.2021 № 212-П);

23. Устава МАУ ДО ДТД УМ «Юниор» (Пр. ГУО мэрии г. Новосибирска

от 09.10.2015 № 1041-од);

24. Программа развития ДТД УМ «Юниор» на 2018-2023 гг.;

25. Локальные документы МАУ ДО ДТД УМ «Юниор».

### **1.1.3 Актуальность программы**

Русский рукопашный бой является неотъемлемой частью русской традиции. История развития русского рукопашного боя, как воинской традиции, уходит далеко в века. Русь во все времена славилась своими воинами. Этому свидетельствуют великие победы в различных войнах в процессе исторического развития России.

К сожалению, современный XXI-й век характеризуется потерей русских боевых традиций, заменой некоторыми видами спорта, такими, как бокс и борьба, хорошими как вид спорта, но не несущими национальных традиций. Кроме того, в последнее время происходит подмена этих традиций через внедрение культуры восточных единоборств.

Этому способствовали экономические и политические изменения последних десятилетий в России, которые привели к значительной социальной дифференциации населения и потере духовных ценностей. Эти же изменения снизили воспитательное воздействие российской культуры и образования как важнейших факторов формирования личности человека.

Поэтому необходимость создания условий для социального развития детей в совокупности с патриотическим воспитанием сегодня является одной из приоритетных задач воспитательной работы, а это невозможно без знания истории, культуры, традиций своей Родины.

Каждое боевое искусство – это не только и не просто техника боя, но и волевая тактическая подготовка, система эстетических и культурных ценностей, определённая психологическая подготовка. Если выпадает что-либо из указанных составляющих – разрушается вся система. Когда народ утрачивает систему воспитания боевой подготовки, забывает собственную историю, традиции – он начинает вырождаться.

Реализация программы создаёт условия для становления патриотического сознания у обучающихся, их социальной адаптации на основе русской боевой традиции. В процессе реализации программы у ребят формируются социально значимые, морально-волевые и духовно-нравственные качества. В понимании педагога это даёт стартовые возможности для успешного саморазвития обучающихся, решения задач личностного и социального характера, что не противоречит положениям федерального проекта «Успех каждого ребёнка».

### **1.1.4 Отличительные особенности программы, новизна**

Ведущая идея настоящей программы - возрождение традиций русского рукопашного боя как традиционной русской воинской культуры.

Методологической основой программы является система русского рукопашного боя «Сибирский Выюн». (Основатель данной системы - Скогорев

Дмитрий Викторович, руководитель школы русского боя, президент Международного центра русского боевого искусства, автор книг по русскому бою).

Особенностью программы является:

- адаптация системы «Сибирский Вьюн» для детей младшего и среднего школьного возраста на основе знаний о психофизиологических, возрастных и гендерных особенностях детей данного возраста;
- постановка акцента на успех каждого ребёнка и выявление одарённых детей, содействие развитию их способностей в данном виде деятельности.

### **1.1.5 Целевая аудитория (адресат программы)**

Программа «Русский рукопашный бой» ориентирована на социализацию, нравственное воспитание ребёнка, здоровьесбережение, физическое развитие и приобретение первоначальных навыков самообороны, поэтому есть возможность для создания смешанных групп от 8 до 14 лет с использованием компонента наставничества и преемственности. Программа особенно будет интересна и полезна тем, кому важен путь физического саморазвития, активный образ жизни, и тем, кто не смог себя реализовать в спортивных видах единоборств. Программа адресована детям (мальчикам и девочкам) от 8 - 14 лет.

#### **Развитие детей среднего возраста (8- 12 лет)**

##### ***Физический рост и развитие***

- Рост девочек опережает рост мальчиков;
- Начинается процесс полового созревания (сначала у девочек, потом у мальчиков);
- Учащается сердцебиение;
- Чаще появляется головная боль;
- Ускоряется развитие скелета, рук, ног;
- Активно развивается нервная система ребенка, отличаясь повышенной возбудимостью.

##### ***Характерные особенности***

- Стремление повелевать у мальчиков, подчинённость у девочек;
- Энергичны, быстры в действии, настойчивы, инициативны;
- Часты беспокойные состояния, нуждаются в постоянной деятельности;
- Стремятся к большой мускульной активности, любят коллективные игры;
- Шумны, спорят, влюбчивы;
- Боятся поражения, чувствительны критике;
- Интересы постоянно меняются;
- Мнение группы более важно и значимо, чем мнение взрослых;
- Укрепляется волевая сфера;

- Бурно проявляют эмоции;
- Повышенное стремление к спорам, неуступчивость;
- В контакт вступают легко, но склонны к конфликтам со сверстниками, взрослыми, родителями;
- Стремятся «испытать» себя в активной практической деятельности;
- Увлекаются коллективной деятельностью;
- Выполняют легко и охотно поручения, но не безразличны к той роли, которая им выпадает;
- Не увлекаются далекими целями и перспективами.

## **Развитие детей 13-15 лет**

### ***Физический рост и развитие***

- Девочки обычно выше мальчиков;
- Половое созревание;
- Быстрый рост мускулатуры;
- Завершение роста скелета;
- Быстрый рост мускулатуры;
- Мальчики отстают в развитии от девочек в среднем на 2 года;
- Различия среди детей усиливаются, так как некоторые дети уже;
- Повзрослели, а некоторые только начинают взрослеть.

### ***Характерные особенности***

- Дети испытывают внутреннее беспокойство;
- Антагонизм между мальчиками и девочками, дразнят друг друга;
- Мнение группы сверстников более важно, чем мнение взрослых;
- Дисциплина может страдать из-за «группового» авторитета;
- Стремятся к соревновательности;
- Подчиняют свои интересы мнению команды;
- Сопроотивляются критике;
- Появляется интерес к заработку;
- Возникает потребность правильно оценить и использовать свои возможности;
- Отчуждение от взрослых;
- Стремление утвердить свою самостоятельность;
- Остро ощущаемая потребность в активности;
- Горячий энтузиазм, но быстро гаснет, если не может претвориться в какое-либо действие;
- Формируется собственная точка зрения и взаимоотношения между людьми на моральные требования и оценки;
- Развивается самооценка, самосознание, стремление определить своё место среди сверстников и взрослых;
- Не принимают на веру всё, что слышат о взрослых;
- Способны противостоять влиянию окружающих;
- Могут воздействовать на сверстников.

### **1.1.6 Объем программы**

Общий объем: 216 учебных часов.

### **1.1.7 Срок освоения, срок обучения**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русский рукопашный бой» рассчитана на 1 год обучения. Срок обучения по программе – 01.09.2023 г. – 31.05.2024 г. Срок освоения программы – 36 недель.

### **1.1.8 Формы обучения**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русский рукопашный бой» предполагает очную форму обучения.

### **1.1.9 Язык обучения**

Занятия ведутся на русском языке.

### **1.1.10 Уровень программы**

Программа реализуется на базовом уровне.

### **1.1.11 Особенности организации образовательного процесса**

Освоение программного материала предполагает получение обучающимися первоначальных знаний, умений и навыков. Данная программа знакомит обучающихся с базовыми элементами русского рукопашного боя. Дети получают навыки безопасного падения и умения их применять в своей жизнедеятельности. Обучающиеся изучают базовые элементы русского рукопашного боя, знакомятся с историей русского боевого искусства, с молодежескими играми состязательного характера. Получают знания в области здоровьесбережения.

Занятия проводятся по группам, или всем составом. Группы формируются из обучающихся разного возраста.

Для обучения принимаются все желающие дети при наличии справки о состоянии здоровья и допуске к занятиям рукопашным боем.

Наполняемость группы от 5 до 15 человек.

При реализации программы учитываются гендерные и возрастные особенности детей.

### **1.1.12 Режим занятий**

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

## **1.2 Цель и задачи программы**



**Цель программы** – создание условий для духовно-нравственного и социального развития обучающихся посредством занятий русским рукопашным боем.

Для достижения поставленной цели решаются следующие задачи:

**Предметные:**

- сформировать основы здорового образа жизни;
- сформировать у детей целостную систему знаний о культурно-исторических традициях и этико-философских истоках отечественных боевых искусств, основываясь на идее патриотизма.

**Метапредметные:**

- общаться и взаимодействовать с другими людьми на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.

**Личностные:**

- развивать мотивацию обучающихся к познанию важнейших духовно-нравственных ценностей.

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1 Учебный план

Содержание работы	Количество часов			Формы контроля
	общее	теория	практика	
<b>Раздел 1.Русский рукопашный бой, система «Сибирский вьюн».</b>	158	1	157	Аттестация, зачёт, опрос, педагогическое наблюдение, соревнования.
<b>Раздел 2. Дни воинской славы России</b>	4	4		Аттестация, зачёт, опрос, педагогическое наблюдение, соревнования.
<b>Раздел 3. Турниры</b>	25	3	22	Аттестация, зачёт, педагогическое наблюдение, соревнования.
<b>Раздел 4. Праздничные мероприятия</b>	9		9	Педагогическое наблюдение
<b>Раздел 5. ОБЖ</b>	2	2		Педагогическое наблюдение
<b>Раздел 6. Военно-патриотическая игра</b>	14	1	13	Педагогическое наблюдение
<b>Раздел 7.Экскурсии</b>	4		4	Педагогическое наблюдение
<b>Всего:</b>	<b>216</b>			

### 1.3.2 Содержание учебного плана

#### Раздел 1. Русский рукопашный бой, система «Сибирский вьюн»

**Теория.** Правила безопасности и поведения в спортивном зале.

**Практика.** Строевые упражнения, комплексы для развития физических качеств: (ОРУ, ОФП, СФП.), специальная акробатика, перемещения, принципы выведения из физического равновесия, ударная техника, защитные действия от ударов руками, защитные действия от ударов ногами, защитные действия от ударов палкой, освобождение от захватов, учебный бой.

#### Раздел 2. Дни воинской славы России

**Теория.** 18 апреля – День победы русских воинов князя Александра Невского над немецкими рыцарями на чудском озере (Ледовое побоище, 1242 год); 21 сентября – День победы русских полков во главе с великим князем Дмитрием Донским над монголо-татарскими войсками в Куликовской битве (1380 год); 4 ноября – День народного единства. День освобождения Москвы силами народного ополчения под руководством Кузьмы Минина и Дмитрия Пожарского от польских интервентов (1612год); 10 июля – День победы русской армии под командованием Петра Первого над шведами в Полтавском сражении (1709).

#### Раздел 3. Турниры

**Теория.** Правила техники безопасности.

**Практика.** Молодецкая игра «Суматоха», Межрегиональный турнир по русскому рукопашному бою памяти князя Б. В. Голицина, Областной турнир по русскому рукопашному бою и борьбе в круг, посвященный дню защитника Отечества.

#### Раздел 4. Праздничные мероприятия

**Практика.** Фестиваль воинской культуры «Новый год», «День защитника отечества», «Масленица».

#### Раздел 5. ОБЖ

**Теория.** правила безопасного поведения в городской среде, правила поведения на природе, полевой выход.

#### Раздел 6. Военно-патриотическая игра

**Теория.** Правила техники безопасности.

**Практика.** «Лазертаг», «Полоса препятствий».

#### Раздел 7. Экскурсии

**Практика.** Посещение музеев.

### 1.4. Планируемые результаты

#### Предметные:

- знают основы здорового образа жизни;
- обучающиеся знают культурно-исторические традиции и этико-философские истоки отечественных боевых искусств, основанные на идее патриотизма.

**Метапредметные:**

- обучающиеся общаются и взаимодействуют с другими людьми на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обучающиеся соблюдают требования безопасности, сохранность инвентаря и оборудования, организацию места занятий.

**Личностные:**

- обучающиеся знают важные духовно-нравственные ценности.

## РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	31.05	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа

Ежегодно, на основе учебного плана, с учётом корректировки образовательной программы, особенностей прибывших детей, расписания графика выставок и конкурсов на каждую учебную группу составляется календарно-тематический план (календарно-учебный график *Приложение № 1*), отражающий последовательность реализации учебного плана.

### 2.2. Условия реализации программы

#### 2.2.1 Материально-техническое обеспечение

- Отдельное помещение (спортивный зал, душ, санузел);
- Спортивный инвентарь и оборудование для проведения занятий.

#### 2.2.2 Информационное обеспечение программы

«Сибирский выюн» (<http://rmasv.ru/>).

#### 2.2.3 Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, первой квалификационной категории Надёжкин Виталий Сергеевич.

### 2.3. Формы аттестации

Уровень достижения планируемых результатов отслеживаются в ходе проведения следующих видов контроля:

*Текущий контроль:* результаты образовательного процесса проявляются через систему контроля, оценивания, учёта и анализа результатов.

Формы аттестации: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные испытания.

В соответствии с Положением о формах, порядке и периодичности промежуточной и итоговой аттестации учащихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Новосибирска «Дворец творчества детей и учащейся молодежи «Юниор» (МАУ ДО ДТД УМ «Юниор») проводится промежуточная и итоговая аттестация.

*Промежуточная аттестация:* проводится в декабре в форме зачета по ОФП (Приложение № 2), ведомость (Приложение № 3).

*Итоговая аттестация:* проводится в мае в форме зачетного занятия по всем разделам программы (Приложение № 4).

## **2.4. Оценочные материалы**

Для оценки результатов обучения по программе используются следующие критерии, показатели и способы диагностики, которые отражены в Таблице 1.

### ***Личностные результаты***

При организации диагностического наблюдения за обучающимися необходимо опираться на карту педагогического наблюдения «Критерии оценки социального развития и саморазвития обучающихся» (Приложение № 5), Критерии оценки культурной и нравственной воспитанности детей (Приложение № 6), Критерии оценки знаний занимающихся русским рукопашным боем по системе «Сибирский вьюн» (Приложение № 7).

### ***Метапредметные результаты***

Метапредметные результаты освоения программы оцениваются в ходе педагогического наблюдения за детьми в процессе итогового занятия, контрольного задания.

Дети демонстрируют результаты обучения согласно контрольным показателям, обозначенным в карте педагогического наблюдения «Критерии оценки технических действий, занимающихся русским рукопашным боем по системе «Сибирский вьюн» (Приложение № 8).

### ***Предметные результаты***

Предметные результаты выявляются в процессе педагогического наблюдения в течение всего года обучения и при выполнении итогового задания.

## **Результативность образовательного процесса**

*Таблица 1.*

<b>Планируемый результат</b>	<b>Критерии</b>	<b>Показатели</b>	<b>Методы диагностики, индикаторы</b>
------------------------------	-----------------	-------------------	---------------------------------------

<i>Личностные результаты</i>			
обучающиеся знают важные духовно-нравственные ценности.	Знание духовно-нравственных ценностей	Проявление самосознания, убежденности, волевые установки	<b>Педагогическое наблюдение, беседа</b>
<i>Метапредметные результаты</i>			
обучающиеся общаются и взаимодействуют с другими людьми на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	Взаимодействие с другими людьми	Проявление уважения, доброжелательности к другим людям	<b>Педагогическое наблюдение, беседа</b>
обучающиеся соблюдают требования безопасности, сохранность инвентаря и оборудования, организацию места занятий.	Соблюдение техники безопасности	Бережное отношение к оборудованию, спортивному инвентарю.	<b>Педагогическое наблюдение, беседа</b>
<i>Предметные результаты</i>			
знают основы здорового образа жизни;	Знание основ теории	Выполняют комплексные упражнения ОФП	<b>Педагогическое наблюдение, беседа</b>
обучающиеся знают культурно-исторические традиции и этико-философские истоки отечественных боевых искусств, основанные на идее патриотизма.	Знание традиций отечественных боевых искусств	Знают русские народные игры	<b>Беседа, педагогическое наблюдение</b>

## 2.5 Методические материалы

### Методы обучения

Методика преподавания по системе школы русского боя «Сибирский вьюн» в детском объединении предоставляет возможность для внедрения разнообразных форм, методов и приёмов обучения и воспитания.

Особое внимание в обучении уделяется практическим методам работы с детьми.

Практическая часть программы реализуется исходя из общепринятых методических положений педагогики:

- строгая преемственность задач, средств и методов на занятиях;
- непрерывное совершенствование качества технических действий;
- соблюдение принципа постепенности применения нагрузок в процессе занятий русским рукопашным боем;

- планирование нагрузок на занятиях с учётом физиологических особенностей и возраста занимающегося.

В программе используются методы обучения:

- словесный (рассказ, объяснение, беседа, диспут);
- демонстрация (плакатов, рисунков, схем, графических изображений, приёмов работы);
- практическая работа.

Среди используемых методов есть такие, которые повышают познавательную активность и самостоятельность обучающихся: метод проблемного изложения учебного материала, частично-поисковый, эвристический (постановка вопросов и ответы на них).

### **Формы организации учебного занятия**

Для достижения личностных, метапредметных, предметных результатов данной программы используются следующие формы организации учебных занятий:

- русские народные игры состязательного характера;
- специальные и подводящие упражнения с использованием элементов русского народного танца и пляса;
- занятия по русскому рукопашному бою в строго регламентированной и игровой форме;
- беседы, информационные часы патриотической тематики;
- экскурсии;
- полевой выход;
- показательные выступления;
- праздники;
- турниры;

При подведении итогов используются:

- викторина;
- опрос;
- зачёт;
- аттестация.

Гармоничное сочетание разнообразных форм и методов обучения создает основу для формирования у обучающихся целостного комплекса универсальных учебных действий.

### **Педагогические технологии**

Личностно-ориентированные технологии ставят в центр личность ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий её развития, реализации её природных потенциалов;

Технологии сотрудничества реализуют демократизм, равенство, партнерство в субъект-субъектных отношениях педагога и ребенка. Педагог и

обучающиеся совместно вырабатывают цели, содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества;

Технологии свободного воспитания делают акцент на предоставление ребенку свободы выбора и самостоятельности в большей или меньшей сфере его жизнедеятельности. Осуществляя выбор, ребенок наилучшим способом реализует позицию субъекта, идя к результату от внутреннего побуждения, а не от внешнего воздействия;

Технология развивающего обучения. Предполагает создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношений между людьми, при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и особенности индивидуума и обеспечить усвоение учебного материала каждым обучающимся в зоне их ближайшего развития;

Здоровьесберегающая технология – обеспечить ребенку возможность сохранения здоровья за период обучения, сформировать у него необходимые знания и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

### Алгоритм учебного занятия

1. Подготовительная часть (приветствие, разминка);
2. Основная часть занятия (упражнения ОФП, разучивание элементов, отработка приема);
3. Заключительная часть (анализ занятия, подведение итогов, уборка инвентаря.)

### Методические и дидактические материалы к разделам программы

Раздел, тема	Формы работы	Дидактическое и материальное оснащение	Формы подведения итогов
<b>Базовый уровень</b>			
Русский рукопашный бой, базовый уровень	Демонстрация, практикум, игра, рассказ, состязания, полевой выход	Наглядные пособия, спортивный инвентарь	Опрос, зачёт, аттестация
ЗОЖ	Беседы, демонстрация	Наглядные пособия	Опрос
Воинская культура русского народа	Беседа, рассказ	Наглядные пособия	Опрос



## 2.6. Рабочая программа воспитания

Программа реализуется в рамках программы «Русский рукопашный бой» в МАУ ДО ДТД УМ «Юниор» г. Новосибирска.

Дворец творчества детей и учащейся молодежи «Юниор» – учреждение дополнительного образования города Новосибирска, продолжатель традиций городского Дворца пионеров и школьников. История учреждения началась в 1936 году, когда решением Новосибирского горисполкома № 290 на базе Дома художественного воспитания был открыт Дворец пионеров и школьников, который стал работать с детьми всех возрастов, делая особый акцент на пионерские организации города. Сегодня ДТД УМ «Юниор» – обладатель значимых статусов в городском образовательном пространстве.

Деятельность программы «Русский рукопашный бой» охватывает образовательную и воспитательную функции и подготавливает всесторонне развитое перспективное поколение; созданы все условия для формирования личностного самоопределения ребенка на основе свободного выбора деятельности и дальнейшего развития целеустремленной личности.

Русский рукопашный бой – это боевое искусство, которое предполагает не только изучение техники боя, но и приобретение волевой, тактической подготовки, системы эстетических и культурных ценностей, определённой психологической подготовки. Занятия по данной программе способствуют формированию духовно нравственных, морально волевых и эстетических качеств личности ребёнка. Так рассказы и демонстрация кинофильмов о выдающихся российских единоборцах, подвигах наших спортсменов во время Великой Отечественной войны и на трудовом фронте формируют чувство патриотизма и сопричастности. Регулярные занятия русским рукопашным боем формируют у детей такие черты личности, как: коммуникабельность, общительность, самостоятельность, самодисциплина, стремление к творчеству, сопереживанию, ответственности, чувства собственного достоинства.

**Цель программы:** воспитание нравственных, волевых качеств и социокультурных норм поведения обучающихся в процессе занятий русским рукопашным боем.

### **Задачи программы:**

- воспитать взаимоуважение, дисциплинированность, вежливость, мужество;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- ознакомить с основами безопасного поведения на тренировках, турнирах и соревнованиях.

Программа состоит из четырех модулей:

1. Модуль «Учебное занятие»
2. Модуль «Ключевые дела»
3. Модуль «Работа с родителями»
4. Модуль «Предметно-эстетическая среда»

## **Модуль «Учебное занятие»**

Занятия в объединении проводятся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе социально-гуманитарной направленности «Русский рукопашный бой», в которой прописаны личностные задачи, содержание деятельности по реализации этих задач и планируемые результаты.

Учебное занятие становится воспитывающим, если преобладает комфортная развивающая обстановка, они содержательны, интересны обучающимся, побуждают задуматься о ценностях, нравственных вопросах, используются разнообразные формы и методы обучения.

### **Задачи:**

- сформировать воспитывающую среду посредством демонстрации детям примеров ответственного, гражданского поведения, рассказами о выдающихся российских единоборцах;
- сформировать позитивные межличностные отношения, способствовать созданию ситуации успеха для каждого обучающегося и всего коллектива.

### **Содержание деятельности:**

Осуществление воспитательной деятельности в процессе обучения на занятиях детей по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе путем постановки воспитательных задач и организации деятельности по их достижению.

### **Формы:**

- занятия;
- беседы;
- турниры, состязания;
- коллективная, групповая, индивидуальная работа.

### **Методы:**

- метод формирования сознания личности: убеждение, рассказ, объяснение, беседа, пример;
- метод организации деятельности и опыта общественного поведения: поручения, создание воспитывающих ситуаций;
- метод стимулирования поведения и деятельности: поощрение, соревнование;
- метод контроля и самоконтроля: педагогическое наблюдение, беседы.

### **Технологии:**

- игровые технологии;
- ИКТ;
- неформальное общение.

### **Планируемые результаты:**

- сформирована воспитывающая среда учебного занятия посредством демонстрации детям примеров ответственного, гражданского поведения рассказами о выдающихся российских единоборцах;

- сформированы позитивные межличностные отношения, созданы ситуации успеха для каждого обучающегося и всего коллектива.

**Критерии:**

- следование общепринятым правилам и нормам поведения, обучающиеся знают выдающихся российских единоборцев и их достижения;
- активность обучающихся, отсутствие конфликтных ситуаций, установление доброжелательной атмосферы.

**Модуль «Ключевые дела»**

Одним из направлений воспитательной деятельности является создание системы ключевых дел, обеспечивающих включенность в них большого числа детей и взрослых. Воспитательный потенциал ключевых дел огромен. Это не набор календарных праздников, а комплекс коллективных дел, интересных и значимых, объединяющих вместе взрослых и детей. Ключевые дела носят системный характер и общественную направленность, охватывая различные сферы деятельности, комплексно воздействуя на сознание, чувства и поведение обучающихся.

**Содержание деятельности:**

Организация коллективных дел, мероприятий, событий различной направленности с большим массовым количеством участников.

**Задачи:**

- сформировать и поддержать традиции ДТД УМ «Юниор» и объединения «Русский рукопашный бой»;
- воспитать уважение к другим людям, достигнуть взаимопонимание для достижения общих результатов;
- воспитать чувство патриотизма, уважение к Отечеству, к прошлому.

**Методы:**

**Активные и интерактивные методы:**

- игра;
- беседа;
- наблюдение.

**Технологии:**

- педагогика сотрудничества, как переход от педагогики требований к педагогике отношений;
- гуманно-личностная технология, способствующая раскрытию личностных качеств;
- технология коллективного творческого воспитания, охватывающая все практические дела, отношения, общение, самостоятельные способы всех начинаний;
- игровые технологии.

**Планируемые результаты:**

- сформировались и поддерживаются традиции ДТД УМ «Юниор» и объединения «Русский рукопашный бой»;

- воспитывается уважение к другим людям, развивается умение сотрудничать для достижения общих результатов;
- воспитывается чувство патриотизма, уважения к Отечеству, к прошлому.

**Критерии:**

- воспитанники знают и чтят традиции ДТД УМ «Юниор» и объединения «Русский рукопашный бой»;
- диалоговое общение друг с другом, отсутствие конфликтных ситуаций;
- проявление позитивного отношения к Родине, национальным устоям и традициям.

**Модуль «Работа с родителями»**

Семья – первый устойчивый коллектив (группа) в жизни каждого человека и ценность номер один. В процессе формирования личности семья играет главенствующую роль: это первая ступенька социализации и самосознания личности. Здесь ребенок приобретает умения и навыки в общении и человеческих взаимоотношениях, здесь закладывается нравственный облик и профессиональное самоопределение.

**Содержание деятельности:**

Основными направлениями в работе с семьями обучающихся являются: изучение семей и условий семейного воспитания; активизация и коррекция семейного воспитания через работу с родительским активом; дифференцированная и индивидуальная помощь родителям; обобщение и распространение опыта успешного семейного воспитания.

**Задачи:**

- оказание помощи семье в воспитании детей, психолого-педагогическое просвещение семей;
- налаживание конструктивного общения с родителями;
- вовлечение родителей в совместную с детьми культурно-досуговую и спортивно-оздоровительную деятельность по средствам участия в выездных мероприятиях.

**Формы:**

- родительские собрания (общедворцовые, объединений);
- индивидуальные беседы;
- консультации.

**Методы:**

**1) по содержанию деятельности:**

- информационно-аналитические собрания;
- досуговые (праздники, совместные мероприятия).

**2) по организации деятельности:**

- индивидуальные (консультации, сообщения, беседы);
- групповые (беседы, консультации);
- коллективные (собрания, праздники).

**Технологии:**

- индивидуальные (консультации, беседы);
- групповые (собрания);
- дистанционные (памятки, анкеты);
- ИКТ (электронная почта, мессенджеры, онлайн-консультация, облачные платформы, социальные сети).

#### **Планируемые результаты:**

- у родителей обучающихся сформированы психолого-педагогические компетенции;
- налажено конструктивное общение с родителями;
- родители вовлечены в совместную с детьми в культурно-досуговую и спортивно-оздоровительную деятельность по средствам участия в выездных мероприятиях.

#### **Критерии результативности:**

- повышение педагогической культуры родителей, совершенствование воспитательного потенциала семьи;
- конструктивное общение родителей и педагог;
- участие родителей в выездных мероприятиях.

### **Модуль «Предметно-эстетическая среда»**

Предметно-эстетическая среда является важнейшей составляющей гармоничного развития личности обучающихся Дворца «юниор». Воспитывающее влияние на детей оказывают не только содержание и формы взаимодействия педагога с ребенком, но и характерные особенности среды, в которой это взаимодействие происходит. При условии грамотной организации окружающей предметно-эстетической среды Дворца «Юниор», обогащается внутренний мир обучающегося, формируется позитивное восприятие ребёнком учреждения, создается атмосфера психологического комфорта, поднимается настроение, предупреждаются стрессовые ситуации.

Таким образом, реализация данного модуля направлена на воспитание таких качеств и способностей детей, которые позволят личности не только достигнуть успеха в какой-либо деятельности, но и быть творцом эстетических ценностей, наслаждаться ими и красотой окружающей действительности.

#### **Задачи:**

- вовлечь обучающихся в организацию предметно-эстетической среды учреждения и объединения «Русский рукопашный бой»;
- способствовать повышению уровня воспитанности обучающихся, манер общения, внешнего вида.

#### **Содержание деятельности:**

- оформление интерьера здания Дворца «Юниор» и объединения «Русский рукопашный бой» с тематическим содержанием;

- проведение учебных занятий с учётом воспитательной работы направленной на развитие нравственных, и социокультурных норм поведения обучающихся.

**Методы:**

- метод формирования сознания личности: убеждение, рассказ, объяснение, этическая беседа, пример;
- метод организации деятельности и опыта общественного поведения: поручения, создание воспитывающих ситуаций;
- метод стимулирования поведения и деятельности: поощрение, соревнование;
- метод контроля и самоконтроля: педагогическое наблюдение, беседы.

**Технологии:**

- технология личностно-ориентированного обучения;
- технология коллективного взаимообучения (командная, групповая работа);
- технология сотрудничества;
- технология использования в обучении игровых методов;
- информационно-коммуникационные технологии;
- здоровьесберегающие технологии.

**Планируемые результаты:**

- обучающиеся вовлечены в предметно-эстетическую среду учреждения и объединения;
- обучающиеся повысили свой уровень воспитанности, освоили манеры общения, улучшили внешний вид.

**Критерии:**

- обучающиеся активно участвуют в организации предметно-эстетической среды учреждения и объединения;
- соблюдают культуру общения, следят за своим внешним видом.

## 2.7 Календарный план воспитательной работы

Учебное занятие			
№	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<b>Уровень объединения</b>			
1.	Беседа. Тема: Правила поведения спортсмена в спортивном зале.	Сентябрь	Надежкин В. С.
2.	Беседа. Тема: Гигиена спортсмена.	Сентябрь	Надежкин В. С.
3.	Беседа. Тема: История развития русского рукопашного боя.	Ноябрь	Надежкин В. С.
	Беседа. Тема: Знаменитые Советские и	Декабрь	Надежкин В. С.

4.	Российские единоборцы.		
<b>Ключевые дела</b>			
1.	Турнир по молодецкой игре «Суматоха»	Ноябрь	Надежкин В. С.
2.	Новогодний праздник	Декабрь	Надежкин В. С.
3.	Турнир по молодецкой игре «Суматоха»	Апрель	Надежкин В. С.
<b>Работа с родителями</b>			
<b>№</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Родительские собрания	В течение года	Надежкин В. С.
2.	Индивидуальные консультации и беседы с родителями.	В течение года	Надежкин В. С.
<b>Предметно эстетическая среда</b>			
<b>№</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Ответственные</b>
1.	Подготовка спортивного зала к новомуднему празднику.	Декабрь	Надежкин В. С.

### 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

#### Литература для педагога (родителя)

1. Анатомия человека. Учебник для студентов институтов физической культуры. Под ред. В.И. Козлова. М. «Физкультура и спорт». 1978.
2. Былеева Л.В., Коротков И., Яковлев В. Подвижные игры. Учеб. Пособие для ин-тов физической культуры. 4-е, перераб. и дополн., изд. М., «Физкультура и спорт», 1974.
3. Воскобойников, Валерий Михайлович. Маршал Победы. Георгий Константинович Жуков/ В.М.Воскобойников. – Москва: Белый город, 2008. – 48 с.
4. Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: 1 – 4 –й кл.: учеб. для общеобразоват. Учреждений / А.В. Гостюшин. – М.: АСТ: Астрель, 2009, - 253 с.
5. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы» От 05.10.2010 №79 Вестник образования России. - №1– 2012 –с.24-54.
6. Грунтовский А. Русский кулачный бой. История этнография техника. «Санкт-Петербург 1993».
7. Дни воинской славы России. Информационные материалы, тестовые задания, методические рекомендации для организации патриотического воспитания на уроках и внеклассных мероприятиях/ авт.-сост.А.П. Пашкович, Е.В. Шитов. – М.: Глобус, 2007. – 174с.
8. Журавина М. Л., Меньшикова Н. К. Гимнастика: - М.: Издательский центр “Академия”, 2001. – 448 с.
9. Ионин Сергей Николаевич. Ордена и награды/ С.Н. Ионин. – Москва: Белый город, 2000– 48 с.
10. Кадочников А. А., Ингерлейб М. Б. Специальный армейский рукопашный бой: Система А. Кадочникова/ Ростов н/Д: Феникс, 2002. - 352 с.
11. Касаткина Т. А. Программа гражданского - патриотического воспитания «Россия – наш дом»/ Кл. руков.- 2012 - №7 – с.20 -27.
12. Конвенция ООН о правах ребёнка. – М.: ИНФРА-М, 2002. – 24 с.
13. Конституция Российской Федерации. – Новосибирск: Сиб. Унив. Изд-во, 2008. – 32 с. (Кодексы и законы России).
14. Кривчикова Э. Н. Формирования ценностного гражданского - патриотического воспитания.// Дополнительное образование и воспитание 2013 -№3.-с.24-27.
15. Крутогоров, Юрий. Александр Васильевич Суворов / Ю. Крутогоров. – Москва: Белый город, 2002. - 48 с.
16. Крутогоров, Юрий. Куликовская битва: повесть / Ю.Крутогоров. – Москва: Белый город, 2001. - 48 с.
17. Кузнецова Л.П., Цыкина программа по патриотическому воспитанию «Стань гражданином»// Кл.руков – 2012. - №7 – с.7-15.



18. Лебедева Т. Н., Глотова Т.Х. духовные истоки гражданского воспитания// дополнительное образование – 2012 - №6 – с.54-56.
19. Марденская С.Ф., Марденский С.В. Проектная деятельность в системе военно-патриотического воспитания.// дополнительное образование и воспитание. – 2012-№1 – с. 17 -20.
20. Мифы и легенды древних славян. – Москва: Дрофа - Плюс, 2007. - 63 с.
21. Новосибирцы – Герои Отечества/ Группа авторов. – Новосибирск: ОАО «НКИ», 2010. – 768 с.
22. Петрухин, Владимир Яковлевич. Древняя Русь / В.Я.Петрухин – Москва: Дрофа - Плюс, 2008. - 95 с.
23. Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12 мая 2011 г. № 03-296 (Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования) / Вестник образования – 2011. – № 11. – С. 4-19.
24. Покровский Е.А. Детские игры: Преимущественно русские. – М.; ТЕРРА; «Книжная лавка - ртр», 1997. -416 с.
25. Попов А. В. Учим патриотизму // Внешкольник. 2013 - №1 – С. 48 – 52.
26. Примерные требования к программам дополнительного образования детей 11 декабря 2006 г. №06 - 1844;
27. Ретюньских А.И. Русский стиль рукопашного боя: – Новосибирск: Весть 1991 -78с.
28. Русский народ: Его обычаи, предания, обряды. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 608 с.
29. Синова, Ирина Владимировна. Герб, гимн, флаг России: справочник школьника / И.В.Синова. – Санкт – Петербург; Литера, 2008. – 93 с.
30. Скогорев Д. В. Русский рукопашный бой. Структурное описание принципов практической борьбы. – Новосибирск, РИЦ «Рассвет», 2002. 384 с.
31. Скогорев Д.В. Взаимодействие с силой. Структурное описание принципов практической борьбы. – Новосибирск, РИЦ «Рассвет», 1999. С.220.
32. Скогорев Д.В. Русский рукопашный бой. – 4-е изд., доп.- Новосибирск: Сиб. Унив. Изд-во, 2008. – 288 с.
33. Скогорев Д.В. Русский рукопашный бой. Структурное описание принципов практической борьбы. – Новосибирск, РИЦ «Рассвет», 2002. С.384.
34. Скогорев Д.В. Школа кулачного и рукопашного боя «Сибирский Вьюн». Учебно-методическое пособие для инструкторов кулачного и рукопашного боя. Г. Новосибирск 1997.
35. Славянская энциклопедия. Киевская Русь – Московия: в 2 Т. Т.1 А-М./Авт.-сост. В.В. Богуславский. – М.: Олма – Пресс, 2003. – 784 с.
36. Славянская энциклопедия. Киевская Русь – Московия: в 2 Т. Т.2 Н – Я./Авт.-сост. В.В. Богуславский. – М.: Олма – Пресс, 2003. – 784 с.
37. Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей; Приказ Министерства образования и науки Российской

- Федерации от 26 июня 2012 г. №504. Вестник образования России. - №17–2012 – с.14-41.
38. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования / Министерство образования и науки Российской Федерации. – Москва: Просвещение, 2011. – (Стандарты второго поколения).
  39. Федеральный закон «Об образовании в российской федерации». От 29 декабря 2012 г. №273 –ФЗ. Вестник образования России. - №3 -№ 4 – 2013.
  40. Федеральный закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» -1998;
  41. Физиология человека. (Учебник для институтов физической культуры. Изд. 5-е). Под ред. Н.В. Зимкина. М., «Физкультура и спорт», 1975.
  42. Физическая культура. 2 класс: рабочая программа по учебнику А.П. Матвеева / Ф50 авт. – сост. А. Ю. Патрикеев. – Волгоград: Учитель, 2012. - 54 с.
  43. Харлампиев А.А. «Борьба самбо», издательство «Физкультура и спорт». Москва 1959 312 с.
  44. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: –М.: Издательский центр «Академия», 2003. -480 с.
  45. Хуторской А.В. Статья «Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированного образования» // Народное образование. – 2003. - №2. – С.58-64.
  46. Хуторской А.В. Статья «Технология проектирования ключевых компетенций и предметных компетенций». // Интернет- журнал "Эйдос".
  47. Чумаков Е. М. Сто уроков самбо. – М.: «ФАИР – ПРЕСС. 1998 – 400 с.
  48. Юлия и Валентин Гнатюк. Размышление о славянстве или чьих же богов мы внуки? Религиозно – философские воззрения древних славян. – М.: Белые альвы 2002. – 64 с.
  49. Петросян Л.Г. Работа с одаренными детьми в системе дополнительного образования лица. // «Дополнительное образование детей» -2001.-№ 24.- с. 37-39.
  50. Комарова С. Я., Малышева Н. В., Рябинина С. И. Развитие детской одаренности в системе дополнительного образования // Молодой ученый. — 2016. — №11. — С. 1458-1459.
  51. Савенков А. Творчески одаренные дети: выявление и развитие / А. Савенков // Учитель в школе. –2008. –№ 1. – С. 103 –106.

### **Литература для обучающихся**

#### **Серия «История России»**

1. Алдонова Римма Петровна. Московский Кремль / Р.П. Алдонова. – Москва: Белый город, 2007. – 48 с.
2. Алдонова Римма Петровна. Святые России / Р.П. Алдонова. – Москва: Белый город, 2007. – 48 с.
3. Алеева Наталья Сергеевна. Герои русской истории/ Н.С. Алеева. – Москва: Белый город, 2002. – 48 с.

4. Артёмов Владислав. Крымская война 1853 1856/ В. Артёмов.- Москва; Белый город, 2005. – 48 с.
5. Воскобойников, Валерий Михайлович. Маршал Победы. Георгий Константинович Жуков/ В.М.Воскобойников. – Москва: Белый город, 2008. – 48 с.
6. Ермильченко, Наталья Валентиновна. Николай I / Н.В. Ермильченко. – Москва: Белый город, 2003. - 48 с.
7. Ионин Сергей Николаевич. Ордена и награды/ С.Н. Ионин. – Москва: Белый город, 2000– 48 с.
8. Калинов В. Русские победы: Рассказы/ В.Калинов. - Москва : Белый город, 2002. - 48 с.
9. Калинов, Виктор Иванович. Российский флот / В.И. Калинов. - Москва : Белый город, Б.г. - 48 с.
10. Каштанов, Юрий Евгеньевич. Северная война/ Ю.Каштанов. – Москва: Белый город, 2003. - 48 с.
11. Клиентов, Алексей. Города России / А.Клиентов. – Москва: Белый город, 2005. - 48 с.
12. Крутогорюв Ю. Александр Невский: повесть / Ю.Крутогорюв. – Москва: Белый город, 2001. - 48 с.
13. Крутогорюв, Юрий. Александр Васильевич Суворов / Ю. Крутогорюв. – Москва: Белый город, 2002. - 48 с.
14. Крутогорюв, Юрий. Крещение Руси: Владимир Красное Солнышко: Повесть / Ю.Крутогорюв. – Москва: Белый город, 2001. - 48 с.
15. Крутогорюв, Юрий. Куликовская битва: повесть / Ю.Крутогорюв. – Москва: Белый город, 2001. - 48 с.
16. Лазарев, Андрей. Герои 1812 года: Денис Давыдов, Александр Сеславин, Яков Кульнев, Иван Дорохов и другие / А. Лазарев – Москва: Белый город, 2008. - 48 с.
17. Лубченков, Юрий Николаевич. Георгиевские кавалеры / Ю. Лубченков. – Москва: Белый город, 2001. - 48 с.
18. Махотин, Сергей Анатольевич. Ярослав Мудрый / С.А.Махотин. – Москва: Белый город, 2005. - 48 с.
19. Толстикюв, Александр Яковлевич. За царя и Отечество: российские генералы – фельдмаршалы / А.Я. Толстикюв. – Москва: Белый город, 2009. - 48 с.

#### **Серия «Честь и отвага»**

1. Алексеев, Сергей Петрович. Рассказы о великой Московской битве / С.П.Алексеев. – Москва: Дрофа, 2003. - 119 с.
2. Алексеев, Сергей Петрович. Рассказы о Суворове и русских солдатах / С.П.Алексеев. – Москва: Дрофа, 2002. - 108 с.
3. Григорьев, Сергей Тимофеевич. Рассказы о Кутузове / С.Т.Григорьев. – Новосибирск : Книжное издательство, 1990. – 54 с.
4. Югов, Алексей Кузьмич. Отважное сердце: Повесть / А.К.Югов. – Москва: Дрофа, 2003. - 126 с.

#### **Серия «Наше Отечество»**

1. Мифы и легенды древних славян. – Москва: Дрофа - Плюс, 2007. - 63 с.
2. Петрухин, Владимир Яковлевич. Древняя Русь / В.Я.Петрухин – Москва: Дрофа - Плюс, 2008. - 95 с.
3. Рассказы о русских святых. – Москва: Дрофа - Плюс, 2007. - 79 с.
4. Трушин, Олег Дмитриевич. Рассказы о Московском Кремле/ О.Д.Трушин. – Москва: Дрофа - Плюс, 2008. - 79 с.

#### **Серия «Моя Родина - Россия»**

1. Ганул, Елена Александровна. Города России: справочник школьника / Е.А.Ганул. – Санкт – Петербург; Литера, 2007. – 94 с.
2. Синова, Ирина Владимировна. Герб, гимн, флаг России: справочник школьника / И.В.Синова. – Санкт – Петербург; Литера, 2008. – 93 с.
3. Синова, Ирина Владимировна. Государственное устройство России: справочник школьника / И.В.Синова. – Санкт – Петербург; Литера, 2008. – 94 с.
4. Синова, Ирина Владимировна. Мировые религии России: справочник школьника / И.В.Синова. – Санкт – Петербург; Литера, 2007. – 95 с.
5. Шикина, Лорита Борисовна. Реки, моря и озёра России: справочник школьника / Л.Б.Шикина. – Санкт – Петербург; Литера, 2007. – 94 с.
6. Шинкарчук, Сергей Алексеевич. Великие русские картины: справочник школьника / С.А.Шинкарчук. – Санкт – Петербург; Литера, 2008. – 96 с.
7. Элькин, Григорий Наумович. Москва – столица нашей Родины: справочник школьника / Г.Н.Элькин. – Санкт – Петербург; Литера, 2007. – 95 с.

#### **Книги Алексеева С.П.**

1. Алексеев, Сергей Петрович. Александр Суворов / С.П.Алексеев. – Москва : Сельская Новь, 1995. - 47 с.
2. Алексеев, Сергей Петрович. Богатырские фамилии: рассказы из истории Великой Отечественной войны / С.П.Алексеев. – Москва : Детская литература, 1981. - 334 с.
3. Алексеев, Сергей Петрович. Взятие Берлина. Победа!: рассказы / С.П.Алексеев. – Москва Детская литература: , 2005. - 100 с.
4. Алексеев, Сергей Петрович. Герои Великой Отечественной: рассказы для детей / С.П.Алексеев. – Москва Дрофа - Плюс: , 2005. - 63 с.
5. Алексеев, Сергей Петрович. Идёт война народная: рассказы из истории Великой Отечественной войны / С.П.Алексеев. – Кишинёв: Литература артистикэ: , 1970. – 416 с.
6. Алексеев, Сергей Петрович. Исторические повести / С.П.Алексеев. – Москв: Детская литература 1995. - 318 с.
7. Алексеев, Сергей Петрович. О русской доблести и славе: рассказы / С.П.Алексеев. – Москва: махаон, 2013. - 239 с.
8. Алексеев, Сергей Петрович. От Москвы до Берлина: рассказы о Великой Отечественной войне для детей / С.П.Алексеев. – Москва : АСТ, 2005.
9. Алексеев, Сергей Петрович. Подвиг Ленинграда: рассказы для детей / С.П.Алексеев. – Москва: Детская литература: 2005. - 83 с.

10. Алексеев, Сергей Петрович. Птица – слава: повести из русской военной истории // С.П.Алексеев. – Москва: Воениздат: 1982. - 295 с.
11. Алексеев, Сергей Петрович. Ради жизни на земле: История Отечества: рассказы для детей / С.П.Алексеев. – Москва: Педагогика: , 1990. - 271 с.
12. Алексеев, Сергей Петрович. Рассказы о Великой Отечественной войне / С.П.Алексеев. – Москва Дрофа - Плюс: 2005. - 255 с.
13. Алексеев, Сергей Петрович. Рассказы о Великой Отечественной войне / С.П.Алексеев. – Москва Махаон: , 2012. - 159 с.
14. Алексеев, Сергей Петрович. Рассказы о маршале Жукове / С.П.Алексеев. – Москва Дрофа - Плюс: , 2005. - 62 с.
15. Алексеев, Сергей Петрович. Сталинградское сражение: рассказы для детей / С.П.Алексеев. – Москва: Детская литература: 2005. - 107 с.
16. Алексеев, Сергей Петрович. Сто рассказов о войне / С.П.Алексеев. – 2-изд, доп. - Москва Молодая гвардия: , 1984. - 223 с.

## 4.ПРИЛОЖЕНИЯ

*Приложение № 1*

### Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	3	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Введение. Инструктаж по технике безопасности.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
2	Сентябрь	5	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Перемещения в боевых стойках. Специальная акробатика: Падение вперёд.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
3	Сентябрь	8	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Перемещения в боевых стойках. Специальная акробатика: Падение вперёд. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
4	Сентябрь	10	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Перемещения в боевых стойках. Специальная акробатика: Падение вперёд. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
5	Сентябрь	12	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Перемещения в боевых стойках. Специальная акробатика: Падение вперёд. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
6	Сентябрь	15	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Зачёт по ОФП.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Зачёт.
7	Сентябрь	17	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Перемещения в боевых стойках. Специальная акробатика: Падение вперёд на руки с прогибом. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
8	Сентябрь	19	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Перемещения в боевых стойках. Специальная акробатика: Падение вперёд на руки с прогибом. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
9	Сентябрь	22	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
10	Сентябрь	24	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение

						Развивающие игры.		
11	Сентябрь	26	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
12	Сентябрь	29	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
13	Октябрь	1	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
14	Октябрь	3	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
15	Октябрь	6	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
16	Октябрь	8	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
17	Октябрь	10	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
18	Октябрь	13	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Принципы выведения из физического равновесия. Специальная акробатика: Падение на бок. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
19	Октябрь	15	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот одной рукой. Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
20	Октябрь	17	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот одной рукой. Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
21	Октябрь	20	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот одной рукой. Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
22	Октябрь	22	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот одной рукой.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение

						Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.		
23	Октябрь	24	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот двумя руками. Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
24	Октябрь	27	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот двумя руками. Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
25	Октябрь	29	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот двумя руками. Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
26	Октябрь	31	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Боевые стойки. Освобождение от захвата за ворот двумя руками. Специальная акробатика: Перекаты через спину. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
27	Ноябрь	3	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
28	Ноябрь	5	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
29	Ноябрь	7	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
30	Ноябрь	10	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
31	Ноябрь	12	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
32	Ноябрь	14	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика:	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение



						Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.		
33	Ноябрь	17	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
34	Ноябрь	19	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
35	Ноябрь	21	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
36	Ноябрь	24	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
37	Ноябрь	26	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
38	Ноябрь	28	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за руку. Специальная акробатика: Перекаты через спину из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
39	Декабрь	1	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за плечо сзади. Специальная акробатика: Перекат, сидя на коленях из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
40	Декабрь	3	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за плечо сзади. Специальная акробатика: Перекат, сидя на коленях из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
41	Декабрь	5	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за плечо сзади. Специальная акробатика: Перекат, сидя на коленях из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
42	Декабрь	8	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение

43	Декабрь	10	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Освобождение от захватов: Освобождение от захвата за плечо сзади. Специальная акробатика: Перекат, сидя на коленях из положения боевой стойки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
44	Декабрь	12	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита д от ударов палкой: Защита от удара палкой сверху вниз без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину).	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
45	Декабрь	15	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита д от ударов палкой: Защита от удара палкой сверху вниз без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину).	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
46	Декабрь	17	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
47	Декабрь	19	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита д от ударов палкой: Защита от удара палкой сверху вниз без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину).	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
48	Декабрь	22	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита д от ударов палкой: Защита от удара палкой сверху вниз без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину).	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
49	Декабрь	24	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
50	Декабрь	26	9.00 – 11.00	Зачёт	2	Зачёт по ОФП	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Зачёт
51	Декабрь	29	9.00 – 11.00	Аттестация	2	Промежуточная аттестация	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
52	Декабрь	31	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
53	январь	12	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита от ударов палкой: Защита от прямого удара палкой в корпус без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
54	январь	14	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита от ударов палкой: Защита от прямого удара палкой в корпус без выведения	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение

						из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры		
55	январь	16	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
56	январь	19	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита от ударов палкой: Защита от прямого удара палкой в корпус без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
57	январь	21	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита от ударов палкой: Защита от прямого удара палкой в корпус без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
58	январь	23	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
59	январь	26	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита от ударов палкой: Защита от бокового удара палкой без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
60	январь	28	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Защита от ударов палкой: Защита от бокового удара палкой без выведения из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
61	январь	30	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Прямой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от прямого удара рукой с выведением из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
62	Февраль	2	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Прямой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от прямого удара рукой с выведением из равновесия. Специальная акробатика:	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение

						Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры.		
63	Февраль	4	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Прямой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от прямого удара рукой с выведением из равновесия. Специальная акробатика: Кувырок вперёд через плечо из боевой стойки на разложение сил (в длину). Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
64	Февраль	6	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
65	Февраль	9	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Боковой удар рукой в движении. Защитные действия от ударов руками: Защита от бокового удара рукой с выведением из равновесия. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
66	Февраль	11	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Боковой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от бокового удара рукой с выведением из равновесия. Учебные поединки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
67	Февраль	13	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Боковой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от бокового удара рукой с выведением из равновесия. Учебные поединки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
68	Февраль	16	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
69	Февраль	18	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Боковой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от бокового удара рукой с выведением из равновесия. Учебные поединки. Развивающие игры.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
70	Февраль	20	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Боковой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от бокового удара рукой с выведением из равновесия. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
71	Февраль	25	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: Боковой удар рукой в движении. Защита от ударов руками: Защита от бокового	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение

						удара рукой с выведением из равновесия. Учебные поединки.		
72	Февраль	27	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
73	Март	2	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: отмашка из стойки и в движении. Защитные действия от ударов руками: Защита от удара отмашка с выведением из равновесия. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
74	Март	4	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: отмашка из стойки и в движении. Защитные действия от ударов руками: Защита от удара отмашка с выведением из равновесия. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
75	Март	6	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: отмашка из стойки и в движении. Защитные действия от ударов руками: Защита от удара отмашка с выведением из равновесия. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
76	Март	9	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
77	Март	11	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: отмашка из стойки и в движении. Защитные действия от ударов руками: Защита от удара отмашка с выведением из равновесия. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
78	Март	13	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары руками: отмашка из стойки и в движении. Защитные действия от ударов руками: Защита от удара отмашка с выведением из равновесия. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
79	Март	16	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Кувырок через плечо спиной вперёд из боевой стойки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
80	Март	18	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Кувырок через плечо спиной вперёд из боевой стойки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
81	Март	20	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой. Учебные	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение

						поединки. Специальная акробатика: Кувырок через плечо спиной вперёд из боевой стойки.		
82	Март	23	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
83	Март	25	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Кувырок через плечо спиной вперёд из боевой стойки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
84	Март	27	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Кувырок через плечо спиной вперёд из боевой стойки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
85	Март	30	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Кувырок через плечо спиной вперёд из боевой стойки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
86	Апрель	1	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Кувырок через плечо спиной вперёд из боевой стойки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
87	Апрель	3	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
88	Апрель	6	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
89	Апрель	8	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
90	Апрель	10	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
91	Апрель	13	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами:	МАУ ДО	Опрос,

				нная		Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	ДТД УМ «Юниор»	педагогическое наблюдение
92	Апрель	15	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
93	Апрель	17	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
94	Апрель	20	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
95	Апрель	22	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
96	Апрель	24	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
97	Апрель	27	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
98	Апрель	29	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
99	Май	4	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
100	Май	6	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
101	Май	8	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами:	МАУ ДО	Опрос,

				нная		Боковой удар ногой. Защитные действия от ударов ногами: Защита от бокового удара ногой. Учебные поединки.	ДТД УМ «Юниор»	педагогическое наблюдение
102	Май	11	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	СФП. Развивающие игры	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
103	Май	13	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой в сторону. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой в сторону. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
104	Май	15	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар ногой в сторону. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой в сторону. Учебные поединки.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
105	Май	18	9.00 – 11.00	Зачёт	2	Зачёт по ОФП,	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Зачёт
106	Май	20	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Прямолинейные удары ногами: Прямой удар в сторону. Защитные действия от ударов ногами: Защита от прямого удара ногой в сторону. Учебные поединки. Специальная акробатика: Колесо.	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Опрос, педагогическое наблюдение
107	Май	22	9.00 – 11.00	Аттестация	2	Аттестация	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	Аттестация
108	Май	25	9.00 – 11.00	Комбинированная	2	Итоговое занятие	МАУ ДО ДТД УМ «Юниор»	педагогическое наблюдение



**Мониторинг по общей физической подготовке**

**Возраст 9 – 12 лет**

№	Контрольные упражнения	нормативы
		Стартовый уровень обучения
	Челночный бег 4 × 9 м.	12,0 с
	Подтягивания на перекладине	3 раз
	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа	10
	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине колени согнуты	20
	Прогибание туловища из положения, лёжа на животе	15

**Ведомость аттестации**

**Место проведения:**

**Дата проведения:** « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

№	Ф.И.О.	Спец. акробатика						Перемещения				Ударная техника			Защитные действия от			Всего	Ср	№ сертификата	
		Падение	выход в страховку	выход из страховки	перекат	кув ч/з плечо вперед	кув ч/з плечо назад	вправо/ влево	вперёд под 45	челночное	циркульное	прямой рукой	боковой рукой	прямой ногой	боковой ногой	ударов руками					

**Члены комиссии:** \_\_\_\_\_

## Ведомость аттестации

(Промежуточная аттестация по русскому рукопашному бою система «Сибирский вьюн»)

**Место проведения:**

**Дата проведения:** « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

№	Ф.И.О.	Спец. акробатика						Ударная техника				Защитные действия от ударов палкой (прямой, боковой, сверху вниз)		Всег	Ср	
		падение	группировка, страховка	выходы в страховку	выходы из страховки	перекат	кув ч/з плечо вперед	кув ч/з плечо назад	прямой рукой	боковой рукой	прямой ногой	боковой ногой	уходы с линии атаки			схемы защиты от ударов палкой
1																
2																
3																
4																

**Члены комиссии:** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

## Мониторинг умений и навыков на занятиях русским рукопашным боем по системе «Сибирский вьюн»

Цель: Проверить уровень сформированности умений и навыков детей.

### I год обучения

1 аттестация

#### *Специальная акробатика.*

- положение страховки;
- падение вперёд на руки;
- выход в положение страховки;
- выход из страховки;
- перекат через спину;
- кувырок вперёд через плечо; (можно с колен);
- кувырок спиной вперёд через плечо; (можно из положения сидя);
- неваляшка.

Учитывается:

- умение группироваться, мягкое приземление во время падения и кувырка.
- умение вкручиваться в плоскость.

#### *Перемещения.*

- поперечное челночное перемещение вправо-влево (положение верхней рамки).
- выход из плоскости удара под углом 45° вперёд (положение верхней рамки).
- циркульное перемещение с отходом назад (положение нижней рамки).
- челночное перемещение (вперёд, назад в боевой стойки).

Учитывается:

Чёткость выполнения, правильное положение тела.

#### *Схемы защиты от ударов:*

- «Домик»;
- «Причёска»;
- «Скрутка».

#### *Ударная техника:*

Прямолинейные удары руками:

- прямой удар (с передней и задней руки);
- боковой удар (с передней и задней руки).

Учитывается:

- умение наносить удар из боевой стойки;
- правильность нанесения удара;

- устойчивость в момент удара;
- возврат руки после нанесения удара;
- умение наносить удар в медленном темпе.

Скорость и сила при нанесении удара не учитывается.

*Защитные действия от ударов руками:*

- уходы от ударов руками (прямой, боковой).

Учитывается:

- умение использовать перемещения в боевых позициях;
- умение применять защитные действия («скрутка», «причёска»).

*Защитные действия от ударов палкой:*

- уходы от ударов палкой (прямой, боковой, сверху вниз).

Учитывается:

- умение использовать перемещения в боевых позициях;
- умение применять защитные действия («домик», «причёска»).

## Критерии оценки социального развития и саморазвития обучающихся

Уровень	Качественная характеристика	Оценка
Оптимальный (норма-образец)	Положительная динамика личностного развития (интеллектуального, физического, социального, духовно-нравственного); осознания себя субъектом собственной жизни, личной ответственности за выбор жизненного пути, понимание взаимосвязи внутренней и внешней культуры человека; сформированность представлений о жизненных целях; наличие положительно ориентированных жизненных планов и профессиональных намерений, готовность к профессиональному самоопределению; высокая степень реализации внутреннего потенциала (возможностей, способностей и интересов); управление собственными эмоциями, поддержания устойчивого поведения в конкретных жизненных ситуациях; способность самостоятельно принимать решения и преодолевать трудности при их выполнении, сформированность волевых качеств; стремление к духовно-нравственному и физическому совершенству, соблюдение правил личной гигиены, сформированность потребности в здоровом образе жизни (ЗОЖ), отсутствие вредных привычек; ориентация на самосовершенствование, созидание; благоприятная (как для самого себя, так и для окружающих) социальная позиция в различных сферах деятельности и общения.	10-9
Допустимый	Уровень социального развития и саморазвития в основном соответствует норме-образцу, но показатели проявляются недостаточно полно и ярко, не систематически.	8-6
Критический	Имеются существенные недостатки в социальном развитии и саморазвитии.	4-5
Недопустимый	Наблюдается низкий уровень социального развития, саморазвитием не занимается или почти не занимается. Характеристики нормы-образца отсутствуют или почти отсутствуют.	0-3

## Критерии оценки культурной и нравственной воспитанности детей

Уровень	Качественная характеристика	Оценка
Оптимальный (норма-образец)	Прочная нравственная позиция детей как система ценностных ориентаций и поведения, сформированность потребности в образе жизни, достойном человека; гуманность отношений с окружающим миром, людьми; проявление таких качеств, как: доброта, честность, порядочность, ответственность; нравственно правовая устойчивость, непринятие безнравственного поведения; соблюдение основных положений Конституции РФ, законов, устава организации, выполнение правил для обучающихся, уважение государственных символов, бережное отношение к истории и культуре; доминирование мотивов общественного долга, активная позиция; самореализация и самоутверждение в нравственных сферах жизнедеятельности и социально одобряемыми способами; коллективистские проявления, активное участие в общественной жизни группы, школы; развитое эстетическое отношение к действительности, выражающееся в общении с прекрасным, систематических посещениях учреждений культуры; проявление себя в художественно-творческой деятельности, развитый эстетический вкус; внешняя культура (аккуратный внешний вид, вежливость).	10-9
Допустимый	Указанными в норме-образце характеристиками обладает, но не в полном объёме и проявляет их в деятельности не систематически.	8-6
Критический	Указанные в норме-образце характеристики сформированы слабо, имеют место некоторые нарушения норм общественного поведения.	4-5
Недопустимый	Общий уровень культуры низкий, наблюдается наличие вредных привычек, грубо нарушает правила поведения школе, нормы общественной жизни.	0-3

**Критерии оценки знаний занимающихся русским рукопашным боем по системе «Сибирский вьюн»**

Уровень	Качественная характеристика	Оценка
<p>Оптимальный (норма-образец)</p>	<p align="center"><b>Освоение учебного материала согласно программе «Развитие национальных военно-патриотических традиций русского воинства»</b></p> <p>что подтверждают высокие оценки, прочность и глубина, качество знаний; сформированность познавательных потребностей, устойчивых познавательных интересов; высокая степень сознательности и дисциплинированности, активность и прилежание в обучении, трудолюбие; эрудиция, логика мышления (способность к анализу, синтезу, систематизации, общению, аргументированности, самостоятельности в суждениях), использование при выполнении учебных заданий дополнительных источников; применение учебных действий в соответствии с осознанной целью; готовность продолжить обучение после окончания данной программы, потребность в углублении изучения избранной области знания; дифференцированное применение полученных знаний в повседневной жизни и на занятиях.</p>	10-9
Допустимый	Указанные в норме-образце характеристики проявляются, но не систематически, недостаточно полно и ярко.	8-6
Критический	Указанные в норме-образце характеристики не в полном объёме и бессистемно; Знания недостаточно прочные и глубокие, затрудняется воплотить их в практической деятельности.	4-5
Недопустимый	Познавательные потребности не сформированы, знания учебного материала поверхностны, не соответствуют программному материалу.	0-3



**Критерии оценки технических действий, занимающихся русским рукопашным боем по системе «Сибирский вьюн»**

<b>Уровень развития параметра</b>	<b>Технические действия по русскому рукопашному бою</b>
Низкий уровень	ребёнок не справляется
Средний уровень	ребёнок допускает ошибки, справляется с помощью преподавателя
Высокий уровень	ребёнок владеет техникой, справляется самостоятельно

**Мониторинг развития отдельных параметров эмоционально-мотивационной сферы**

<b>Уровень развития параметра</b>	<b>Отношение к взаимодействию в коллективе</b>	<b>Отношение к предметной деятельности</b>
Низкий уровень	не принимает участия в коллективной работе; пришел в объединение «за компанию», не может определиться – зачем ему это надо; присутствует больше как наблюдатель	находится на занятиях без желания; не проявляет старательность, работу не доводит до конца; берется за работу с желанием, но не доводит до конца; редко, под влиянием внешних факторов проявляет интерес к деятельности
Средний уровень	стремится выделиться среди других; часто стремится к совместной деятельности ради общения с друзьями и самовыражения	участвует в работе, пытается справиться с трудностями, но не всегда хватает для этого знаний и умений; работает добросовестно, ждет одобрения со стороны педагога; регулярно стремится к творческой деятельности, старается хорошо выполнить порученное дело
Высокий уровень	участвует в коллективной творческой деятельности, потому что получает от этого удовольствие; активно стремится к совместной работе, может возглавить творческую группу и обучать других	работает добросовестно, доводит работу до конца; любую работу выполняет старательно и до конца, считает, что иначе нельзя; участвует в творческом процессе, побуждаемый потребностью к самореализации; ответственно подходит к любой работе, проявляет творчество и фантазию