

**Оценочно - методические материалы дополнительной общеразвивающей программы
«Вольная борьба» в ОДОД ГБОУ школы №203
Красносельского района Санкт-Петербурга на 2023-2024 учебный год**

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Для оценки результативности образовательной деятельности по программе проводятся: текущий контроль, промежуточная аттестация, подведение итогов реализации программы. Формы проведения диагностики и контроля по каждой теме указаны в учебном плане программы.

Формы контроля:

- практическое задание, опрос, самостоятельная работа, диагностическая игра, соревнование;
- наблюдение, анализ выполнения заданий, беседа.

Сроки проведения:

Входной контроль осуществляется в начале учебного года в форме беседы или игры для определения начальных знаний и умений учащихся первого года обучения.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии, выезде, мероприятии в форме опроса, наблюдения, анализа выполнения заданий, беседы.

Промежуточная аттестация проводится по итогам темы и полугодия в форме опроса, беседы, выполнения самостоятельной практической работы, диагностической игры.

Подведение итогов реализации программы осуществляется в конце третьего года обучения в форме анализа достижения планируемых предметных, метапредметных и личностных результатов.

Критерии, параметры и показатели оценки:

Оценка проводится по трехбалльной системе.

Конкретные параметры результатов обучения указаны в диагностических материалах к мониторингу по итогам каждого учебного полугодия.

Критерии оценки знаний:

3 балла (высокий уровень освоения материала) – уверенно владеет терминологией; отвечает без сомнений и правильно на все вопросы; уверенно чувствует себя при обсуждении вопросов.

2 балла (средний уровень освоения материала) – не всегда правильно использует термины; неуверенно чувствует себя при обсуждении вопросов; периодически требуются подсказки педагога.

1 балл (низкий уровень освоения материала) – не знает специфической терминологии; не может правильно отвечать на вопросы; не участвует в общем обсуждении; необходимы подсказки педагога.

Критерии оценки умений:

3 балла (высокий уровень освоения материала) – задание выполняется быстро, грамотно, самостоятельно; участник знает и соблюдает алгоритм действий.

2 балла (средний уровень освоения материала) – задание выполняется дольше максимального расчетного (заданного) времени, алгоритм воспроизведен, но допущены пропуски или перестановки действий в алгоритме. Требуется периодический контроль или помощь товарищей или педагога.

1 балл (низкий уровень освоения материала) – задание выполняется дольше максимального расчетного (заданного) времени, участник не знает алгоритм действий, требуются подсказки или помощь педагога.

Формы фиксации результатов: информационная карта, протокол, ведомость, отчет о мероприятии.

Варианты контрольно-измерительных материалов: тест, задание, норматив, опрос, вопросы для собеседования и т.п.

Методические материалы

Основными методами обучения являются:

- *Словесные (вербальные) методы обучения:* устное объяснение/разъяснение, беседа, анализ видеоматериала.

- *Наглядные методы обучения:* просмотр видеоматериалов, показ педагога (демонстрация).

- *Практические методы обучения:* - выполнение практических заданий педагога, тренировочные упражнения, разучивание приёмов борьбы и базовых движений, системы последовательных заданий, упражнения с объяснением и исправлением ошибок, многократное повторение.

Высокая результативность работы по программе может быть достигнута при использовании следующих педагогических технологий:

- *технология личностно ориентированного обучения* (обучение каждого учащегося в группе, исходя из его возможностей, способностей, перспективы);

- *здоровьесберегающие технологии* (использование интересных упражнений для снятия мышечного напряжения, разогрева тела, повышения эмоционального фона и пр.);

- *коммуникативные технологии* (использование разнообразных методов для создания ситуации равноправного общения в группе, ситуации успеха для каждого учащегося).

Для эффективной реализации программы педагогом могут быть использованы разные формы организации и проведения занятий:

- *теоретические:* через объяснение, видео контент, учащиеся получают основные знания по технике и тактики ведения борьбы изучение ошибок и наглядных пример выполнения приёмов.

- *практические:* являются основной формой работы по программе. На практических занятиях учащиеся получают навыки самозащиты и гармоничное развитие личности обучающихся.

№	Тема или раздел программы	Формы занятий	Дидактический материал, техническое оснащение занятий
1.	Введение. Вводное занятие	Теория, лекция, беседа	Телевизор, проектор, справочная литература.
2.	История возникновения вольной борьбы	Теория, лекция	Книги, пособия, справочные материалы.
3.	Появление вольной борьбы в России	Теория, лекция	Книги, пособия, правила судейства.
4.	Теоретическая подготовка	Теория, лекция, беседа	Пособия, справочные материалы, схемы.
5.	Общая физическая подготовка	Комбинированная, индивидуальная, групповая, поточная, фронтальная	Скамейки, скакалки, мячи, таблицы, схемы, плакаты.
6.	Специальная физическая подготовка	Комбинированная, индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная,	Спортивный инвентарь, схема, таблицы, плакаты, литература.

		фронтальная в парах	
7.	Технико-тактическая подготовка	Комбинированная, коллективно-групповая, в парах	Литература, схемы, видео материалы.
8.	Контрольно-оценочный испытания	Практика	Таблица результатов.

Информационные источники для использования педагогом

1. Алиханов И. И. Техника и тактика вольной борьбы. Москва, «Физкультура и Спорт», 1986 г.
2. Белкин. А. А. Идеомоторная подготовка в спорте. – М. физкультура и спорт, 1983.
3. Борьба вольная: примерная программа для системы дополнительного образования детей: для детско - юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва. М.: Советский спорт, 2003.
4. Вольная борьба. Программа для тренерских факультетов институтов физической культуры (курс специализации), М., 1983.
5. Гуревич И. А.. Круговая тренировка при развитии физических качеств.- 3-е изд. перераб. и доп.- Мн.: Высш. Шк., 1985.-256 с., ил.
6. Дякин А. М. Программа для детско - юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства, М., 1977.
7. Матушак П. Ф. Сто уроков вольной борьбы. Алма-Ата, 1990.
8. Медведь А. В., Кочурно Е. И. Совершенствование подготовки мастеров спортивной борьбы, Минск, «Полымя», 1985 г.
9. Миндиашвили Д. Г., Завьялов А. И. Учебник тренера по вольной борьбе. Красноярск: Изд. КПКУ, 1995.
10. Миндиашвили Д. Г., Подливаев Б. А. Планирование подготовки квалифицированных борцов: Методические рекомендации. М, 2000.
11. Невретдинов Ш. Т., Подливаев Б. А., Шахмурадов Ю. А. Основные направления технико - тактической и физической подготовки спортивного резерва по вольной борьбе. М.: ФОН, 1997.
12. Нелюбин В. В. Методические указания к основам обучения и воспитания в процессе спортивной подготовки борцов. Ленинград, ГДОИФК им. Лесгафта, 1980.
13. Пилюян Р. А., Суханов А. Д. Многолетняя подготовка спортсменов – единоборцев: Учебное пособие. Малаховка, 1999.
14. Пилюян Р. А., Суколов Н. И. Пути совершенствования учебно – тренировочного процесса по спортивной борьбе: Методическое пособие. М.: ФОН, 1997.
15. Спортивная борьба. Учебное пособие для техникумов и институтов физической культуры /под общ. ред. Г. С. Туманяна. М., «Физкультура и Спорт», 1985.
16. Станков А. Г., Климин В. П., Письменский И. А. Индивидуальная подготовка борцов. М., «Физкультура и Спорт», 1984.
17. Туманян Г. С., Коблев Я. К., Дементьев В. Л. Унифицированные критерии для оценки технико-тактической подготовленности борцов. /Методические рекомендации/. М., ГЦОЛИФК, 1986 г.
18. Туманян Г. С. Спортивная борьба: Теория, методика, организация тренировки: Учебное пособие. – В 4-х кн. М.: Советский спорт, 2003.
19. Юшков О. П., Шпанов В. И. Спортивная борьба. М.: МГИУ, 2001.

Список литературы в адрес учащихся и родителей

1. Алиханов, И.И. Техника вольной борьбы/И.И.Алиханов. – М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2003. – 183 с.
2. Ленц, А.Н. Техника вольной борьбы/А.Н.Ленц – М.: Изд. «Физкультура и спорт», 2004.- 123 с.
3. Матушак П.Ф. 100 уроков вольной борьбы. Учебное пособие/П.Ф. Матушак – М., 2005.- 145 с.
4. Самургашев, Р.В. Борьба вольная: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва/Р.В. Самургашев. – М., 2004.- 85 с.
5. Шулика, Ю.А. Борьба вольная: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва/Ю.А. Шулика. – М., 2003.- 96 с