

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования Центр детского творчества
р.п. Мокшан**

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества» р.п. Мокшан

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета МБОУ
ДО ЦДТ р.п. Мокшан
Протокол № 1 от «2» сентября 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДО ЦДТ р.п. Мокшан
Тесемникова В.В.
Приказ № 23 от «3» сентября 2022 г.

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

(Программа наставничества учитель - ученик)

Составитель:
Педагог дополнительного
образования
Елисеева Е.С.

Создание программы наставничества продиктовано велением времени. На сегодняшний день не только национальный проект «Образование» ставит такую задачу, как внедрение целевой модели наставничества во всех образовательных организациях, но и сама жизнь подсказывает нам необходимость взаимодействия между людьми для достижения общих целей.

Индивидуальная программа наставничества призвана помочь в организации деятельности «учитель-ученик», максимально полному раскрытию потенциала личности наставляемого, необходимое для успешной личной и профессиональной самореализации в современных условиях.

Цель:

Раскрытие потенциала каждого наставляемого, формирование жизненных ориентиров у обучающихся. Создание условий для улучшения образовательных результатов. Формирование ценностей и активной гражданской позиции наставляемого. Разносторонняя поддержка обучающегося с особыми образовательными или социальными потребностями.

Задачи:

- Помощь в реализации потенциала.
- Помощь в построении образовательной траектории и будущей профессиональной реализации.
- Улучшение спортивных результатов.
- Развитие гибких навыков и метакомпетенций.

Ожидаемые результаты:

Высокий уровень включенности наставляемых во все социальные, культурные и образовательные процессы объединения и Центра, что окажет несомненное положительное влияние на эмоциональный фон в коллективе.

Обучающиеся – наставляемые получат необходимый стимул к образовательному, культурному, интеллектуальному, физическому совершенствованию, самореализации, а также развитию необходимых

компетенций.

Увеличение количества победителей, призеров физкультурно-спортивной направленности различного уровня.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия.	Количество часов	Содержание занятия (краткое)	Форма занятия	Способы оценки	Предполагаемый результат
1	Выполнение базовых ударов и комбинаций ударов в спарринге	2	Освоение отдельных базовых воздействий: удары, толчки, рывки, дистанция. Виды страховки само страховки. Понятие устойчивости. Перемещения. Имитационные движения в стойке, в паре.	Практическая работа	Педагогическое наблюдение опрос. Контрольное занятие, зачет.	Полное освоение материала с возможностью применения на практике
2	Способности, необходимые для успешного овладения техникой	2	Совершенство вание техники выполнения бросков Преодоление страха, при выполнении бросков и ударов. Развитие умения концентрировать внимание во время поединка.	Практическая работа	Педагогическое наблюдение опрос. Контрольное занятие, зачет.	Полное освоение материала с возможностью применения на практике
3	Защитные действия от ударов ногами	2	Отработка ударов и серий ударов ногами самостоятельно и применени	Практическая работа	Педагогическое наблюдение опрос. Контрольное занятие,	Полное освоение материала с возможностью применения на практике 3

			е полученны х навыков впаре.			
			Обучение защитным действиям от ударов ногами.		зачет.	
4	Изучение техники подсечек.	2	Отработка контратак (подхват).	Практическая работа	Педагоги ческое наблюден ие опрос. Контроль ное занятие, зачет.	Полное освоение материала с возможнос тью применения на практике
5	Переход от ударной фазы поединка к бросковой.	2	Обучение нанесению ударов руками и ногами (Отработка перехода на бросок, сразу после серии ударов в паре.	Практическая работа	Педагоги ческое наблюден ие опрос. Контроль ное занятие, зачет.	Полное освоение материала с возможнос тью применения на практике
6	Выполнение бросков	2	Выполнение броска через бедро. Отработка выхода после выполнения броска.	Практическая работа	Педагоги ческое наблюден ие опрос. Контроль ное занятие, зачет.	Полное освоение материала с возможнос тью применения на практике

7	Атакующие действия.	2	Отработка атакующих действий руками и ногами в парах. Защита от ударов руками и ногами	Практическая работа	Педагогическое наблюдение опрос. Контрольное занятие,	Полное освоение материала с возможностью применения на
8	Спарринг.	2	Участие в спарринге по правилам соревнований с применением ударной и бросковой техник.	Практическая работа	Соревнования.	Полное освоение материала с возможностью применения на практике

Творческий план

Компоненты подготовки	Продвинутый уровень	
Тактико - техническая подготовка	Формирование основ ведения единоборства; овладение элементами техники и тактики карате, играми с элементами единоборства Формирование базовых тактико-технических действий и навыков ведения соревновательных боев	Совершенствование базовых тактико-технических действий и формирование «базовой» техники с учетом индивидуальных особенностей; совершенствование навыков ведения боя с различными противниками и формирование навыков участия в ответственных соревнованиях
Способы проверки	Систематическое наблюдение с целью определения степени владения основами ведения техникой, элементами техники и тактики карате, играми с элементами единоборства, предусмотренными программой Систематическое наблюдение с целью определения степени владения базовыми тактико-техническими действиями, навыками ведения учебно-тренировочных и соревновательных боев	Систематическое наблюдение с целью определения объема, разносторонности и эффективности тактико-технических действий, степени владения «базовыми» техническими действиями и навыками участия в соревнованиях
Теоретическая подготовка	Формирование знаний о виде спорта, его месте и значении в системе физического воспитания, правилах соревнований, содержании и организации занятий по карате формирование и углубление знаний о факторах, обеспечивающих спортивные	Формирование и углубление знаний о структуре системы Многолетней подготовки каратистов, взаимосвязи компонентов, средствах и методах тренировки, планировании тренировочных нагрузок, означении научно-методического и медико-биологического обеспечения 5

	достижения, о системе многолетней подготовки, каратистов о методах анализа спортивной подготовленности.	
Способы проверки	Опрос по уровню освоения теоретического материала	
Специальная психологическая подготовка	Формирование мотивации к занятиям карате, воспитание волевых качеств. Повышение уровня мотивации к занятиям; воспитание волевых качеств и психологической устойчивости к специфическим тренировочным и соревновательным нагрузкам	Формирование специальных психических качеств каратистов и умений регулировать эмоциональное состояние в условиях тренировок и соревнований; повышение психической устойчивости к различным сбивающим факторам
Способы проверки	Контроль успеваемости, отношения к занятиям, спортивному инвентарю, окружающим людям; контроль уровня развития волевых качеств, способности к саморегуляции эмоциональных состояний и психологической устойчивости	
Физическая подготовка	Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие на основе широкого применения общеподготовительных упражнений. Общая специальная физическая подготовка на основе оптимального сочетания общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств и выносливости.	Индивидуализация общей специальной физической подготовки с преимущественным развитием специальной выносливости и скоростно-силовых качеств для обеспечения высокого уровня специальной работоспособности применительно к требованиям тренировочной и соревновательной деятельности
Способы проверки	Выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке в соответствии с требованиями программы для соответствующего года обучения	
Подготовка и участие в соревнованиях	муниципальный уровень	Муниципальный, региональный уровни
Способы проверки	Контроль динамики, надежности и стабильности спортивных результатов	
Ожидаемые результаты по программе	Комплектование учебных групп; Всестороннее гармоничное развитие обучающихся, овладение основами ведения боя; выполнение Переводных и контрольных нормативов Повышение уровня ОФП и СФП, углубленное владение техникой и тактикой ВБЕ	Повышение уровня ОФП и СФП, углубленное владение техникой и тактикой Выполнение требований по Спортивной подготовке ОФП и СФП

