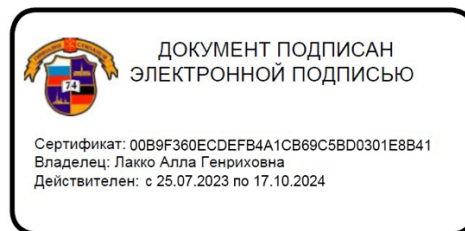


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
протокол №6 от 17 июня 2023 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор гимназии № 74
_____ А.Г.Лакко
Приказ № 126 от 17 июня 2023г



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КИТАЙСКАЯ ГИМНАСТИКА УШУ»**

Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 7-12 лет

Разработчик программы:
Иорданиди Екатерина Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Китайская гимнастика УШУ» разработана для обучающихся начальной и средней школы, проявляющих познавательный интерес и (или) способности в области физической культуры и спорта. Программа составлена с целью повышения интереса детей к направлению «Китайская гимнастика УШУ», содействия физическому развитию и в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 года № 46735 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"// Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;

- Письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;

Данная программа нацелена на развитие у детей различных физических способностей через занятия китайской гимнастикой ушу: силы, гибкости, скорости, координации и выносливости.

Программа имеет **спортивную направленность**.

Результатом освоения программы учебного курса является готовность обучающихся к участию в мероприятиях различного уровня, таких как показательные выступления и соревнования (внутри клубных, клубных и городских).

Уровень освоения программы базовый.

Актуальность программы заключается в приобщении детей к спорту и физической активности. Занятия ушу способствуют гармоничному развитию ребенка, формированию духовного и физического начал в человеке, оздоровлению, профилактике простудных, дыхательных, неврологических заболеваний, развитию творчества в детях и лидерских качеств.

Отличительная особенность программы заключается в том, что она составлена в соответствии с требованиями новых методических рекомендаций в преподавании китайской гимнастики ушу.

Новизна программы заключается в том, что она является общеразвивающей. По ней обучаются все желающие дети в том темпе, который определен их индивидуальными психолого-физиологическими особенностями. Ведущая педагогическая цель – это создать здоровьесберегающую среду для учащихся и сформировать культуру здорового образа жизни во всех ее сферах.

Ушу может стать для ребёнка хорошим помощником в ускорении физического, а вместе с тем и умственного развития, поможет ему приобрести силу, ловкость, гибкость и грациозность движений. Занятия ушу способствуют так же умению концентрироваться, улучшению внимания, вырабатывают психологическую устойчивость.

Адресат программы

Программа ориентирована на учащихся в возрасте 7-12 лет, проявляющих заинтересованность к спорту, физической активности и восточным боевым искусствам. Обучение проводится в смешанных группах: как для мальчиков, так и для девочек.

Объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год (144 часа).

Цель программы

способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных качеств, на основе полноценного использования всего многообразия техники китайской гимнастики УШУ в сочетании с другими методами физического воспитания

Задачи образовательной программы

Обучающие:

- обучить основным приемам УШУ;
- изучить историю и традиции УШУ и Китая (места, где УШУ берет свое начало);
- способствовать приобретению знаний в области физической культуры и спорта;
- формировать системы элементарных знаний о здоровом образе жизни.

Развивающие:

- развить физические навыки и умения воспитанников;
- развить у воспитанников умение адекватно оценивать свои поступки;
- развить коммуникативные навыки;

Воспитательные:

- воспитать стремление к занятиям физической культурой, ведению здорового образа жизни;
- формировать у воспитанников силу воли, уверенность в себе, честность, открытость, толерантность;
- воспитать умение устанавливать и поддерживать гармоничные отношения.

Условия реализации программы

В группы принимаются все желающие. При большом количестве желающих проводится конкурсное мотивационное собеседование. В зависимости от индивидуальных возможностей, знаний, умений и творческих способностей, учащемуся могут быть предложены другие уровни и форматы обучения. Все занимающиеся обязаны иметь медицинские допуски к занятиям спортом и участию в соревнованиях.

Возраст учащихся: 7-12 лет

Количество учащихся: наполняемость группы не менее 15 человек.

Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, 144 часа в год. Академический час равен 45 мин.

Основные формы и методы программы

Образовательная программа рассчитана на теоретические и практические занятия. Теория – это знание истории УШУ, знание основных стоек и приемов УШУ, знание стилей УШУ, владение терминологией на китайском языке. Практика – это умение выполнять основные стойки и приемы УШУ, умение выполнять стили, которые осваиваются в 1-2 год занятий (чань цюань, гунь). Они строятся на основе обучающей методики, разработанной педагогом и направленной на развитие физических способностей учащихся.

В основу реализации методики положены индивидуальный подход, уважение к личности воспитанника, вера в его способности и возможности. Образовательно-воспитательный процесс ориентирован на выявление творческих способностей и совершенствование положительных личностных качеств.

Педагогическое взаимодействие направлено на реализацию целевого назначения программы, организуется на основе использования традиционных форм обучения и воспитания. Основной формой организации является практикум. Объяснение нового материала осуществляется с помощью словесного и наглядного методов обучения.

В течение учебного года возможен вариант перераспределения часов в теоретической и практической частях учебного плана при сохранении общего количества часов.

Форма организации деятельности обучающихся на занятии: очная, групповая

Материально-техническое оснащение программы

Помещения: спортивный зал площадью не менее 100 кв.м.

Техника: спортивное оборудование: шведские стенки, турники, гимнастические палки.

Оборудование: гимнастические маты.

Планируемые результаты

Предметные результаты

- принимать основные положения кисти (чжан, цюань, гоушоу);
- выполнять основные виды движений руками;
- принимать основные виды позиций (мабу, гунбу, пубу);
- выполнять комплекс 20 форм Чанцюань;
- выполнять самостоятельно разминку;
- принимать виды позиций (баньмабу, сюйбу , бинбу);
- выполнять основные виды движений с Гунем (палкой);
- выполнять комплекс 32 формы Гуньшу.
- выполнять упражнения на развитие гибкости (жоугун);
- выполнять основные движения ногами;

Метапредметные результаты

- приобщение к ведению здорового образа жизни, внимательному отношению к своему здоровью и уровню физической подготовки;
- умение работать в команде для достижения общего результата, поддержание отношения внутри коллектива для обеспечения общего спортивного результата;
- морально-этическое воспитание учащихся, способность ориентации в социуме и формирование крепкой лидерской позиции;

Личностные результаты:

- сформированное внимательное отношение к ценности собственного здоровья;
- развитие навыки самоуправления и самоконтроля, управления эмоциональным состоянием, самостоятельное принятие решений;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности	2	-	2	Беседа, опрос
2.	История развития боевых систем восточных единоборств. История ушу, история спортивного ушу	6	-	6	Беседа, опрос
3.	База стиля «чанцюань». Изучение и отработка	2	8	10	Групповой, индивидуальный смотр, Беседа, опрос
4.	База гуньшу (искусства владения шестом). Изучение и отработка	2	8	10	Групповой, индивидуальный смотр Беседа, опрос
5.	ОФП. Упражнения для укрепления всех групп мышц	4	22	26	Групповой, индивидуальный смотр
6.	Акробатика	4	18	22	Групповой, индивидуальный смотр
7.	Изучение и отработка таолу(комплекс) «20 форм» чанцюань	2	30	32	Групповой, индивидуальный смотр
8.	Изучение и отработка таолу(комплекс) «32 форрмы гуньшу	2	20	22	Групповой, индивидуальный смотр
9.	Участие в соревнованиях, конкурсах и др.мероприятиях разных уровней	-	8	8	Показательные выступления, соревнования,
10.	Показательные выступления	-	2	2	смотр
11.	Итоговое занятие	-	2	2	смотр
	Всего:	28	116	144	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2023	31.05.2024	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 74
Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
протокол №148 от 17 июня 2023 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор гимназии № 74
_____ А.Г.Лакко
Приказ № 126 от 17 июня 2023г

**Рабочая программа
«КИТАЙСКАЯ ГИМНАСТИКА УШУ»**

Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 7-12 лет

Разработчик программы:
Иорданиди Екатерина Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2023

Особенности организации образовательного процесса

Основной особенностью образовательного процесса освоения китайской гимнастики УШУ является привитие понятия «дисциплина». Так как УШУ в первую очередь – боевое искусство, дисциплинированность спортсменов играет важную роль. Второй важной особенностью является гармоничное физическое развитие: на тренировках УШУ задействованы все группы мышц, что крайне важно в детском возрасте. Третьей особенностью является то, что у спортсменов развиваются познавательные процессы: мышление, память и внимание.

Цель программы

Гармоничное и разностороннее развитие ребенка через занятия китайской гимнастикой ушу.

Задачи образовательной программы

Обучающие:

- Знакомство с китайской гимнастикой ушу и культурой восточных единоборств
- формирование базовых знаний и умений в области китайской гимнастики ушу
- освоение понятийного аппарата изучаемой дисциплины.

Развивающие:

- развить пространственное мышление, воображение и фантазию;
- развить чувство ритма и гармонии движения;
- развить у ребенка уверенность в себе и своих силах, через укрепление своего тела и духа
- развить физические качества ребенка через разнообразные упражнения и подвижные игры

Воспитательные:

- воспитывать чувство ответственности и уважения к старшим;
- воспитывать лидерские качества
- пробудить желание к самовыражению через занятия спортом.

Календарно-тематический план 2023-2024 учебного года

№	Тема	Кол-во часов	Дата занятий группа №1	
			План	Факт
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Правила взаимодействия в группе.	2		
2	Основные стойки. Упражнения для укрепления всех групп мышц	2		
3	Стойки передвижения ушуиста и подготовительные упражнения. Упражнения на укрепления мышц ног	2		
4	Основные движения рук (блок, удар). Основы акробатической подготовки	2		
5	Отработка ударов ногами и руками в стойках	2		
6	Изучение первых двух форм комплекса «20 форм» стиля	2		

	чанцюань			
7	Повторение изученных форм и изучение третьей и четвертой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		
8	Отработка ударов руками и ногами на лапах и макиварах, Повторение изученных форм комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		
9	Повторение изученных форм и изучение пятой и шестой форм комплекса «20 форм» стиля чанцюань. Акробатическая подготовка, отрабатываем «Мостик»	2		
10	Повторение изученных форм и изучение седьмой и восьмой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань Акробатическая подготовка, изучаем «Колесо»	2		
11	Отработка ударов ногами и руками в стойках и в движении. Отработка ударов на лапах и макиварах	2		
12	Повторение изученных форм и изучение девятой и десятой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань, Акробатическая подготовка, отрабатываем «Мостик» и «Колесо»	2		
13	Повторение изученных форм и изучение одиннадцатой и двенадцатой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		
14	Повторение изученных форм и изучение тринадцатой и четырнадцатой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		
15	Повторение изученных форм и изучение пятнадцатой и шестнадцатой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		
16	Зачет по физической подготовке	2		
17	Повторение изученных форм и изучение семнадцатой и восемнадцатой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		
18	Повторение изученных форм и изучение девятнадцатой и двадцатой формы комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		
19	Отработка комплекса «20 форм» стиля чанцюань по частям и целиком	2		
20	Отработка приемов из комплекса «20 форм» стиля чанцюань на лапах и макиварах	2		
21	Отработка комплекса «20 форм» стиля чанцюань целиком малыми группами и все вместе	2		
22	Отработка комплекса «20 форм» стиля чанцюань целиком малыми группами и индивидуально	2		
23	Зачет на знание комплекса «20 форм» стиля чанцюань	2		

24	Подготовка показательного выступления	2		
25	История развития боевых систем восточных единоборств	2		
26	Подвижные игры. Физподготовка. Отработка основ акробатики	2		
27	История ушу	2		
28	Изучение базовых движений работы с гунем (шестом)	2		
29	Изучение 1-4 форм комплекса «32 формы» гуньшу и базовые передвижения	2		
30	История спортивного ушу в Китае и в России	2		
31	Изучение 5-8 форм комплекса «32 формы» гуньшу, Изучаем страховку при падении. Физподготовка	2		
32	Изучение 9-12 форм комплекса «32 формы» гуньшу, Повторяем ранее изученные формы	2		
33	Повторяем комплекс «20 форм» чанцюань «по дорожкам» и целиком. Отработка ударов на лапах и макиварах	2		
34	Изучение 13-16 форм комплекса «32 формы» гуньшу, Повторяем ранее изученные формы	2		
35	Изучение 17-20 форм комплекса «32 формы» гуньшу, Повторяем ранее изученные формы	2		
36	Отработка приемов ушу с партнером	2		
37	Изучение 21-24 форм комплекса «32 формы» гуньшу, Повторяем ранее изученные формы	2		
38	Отрабатываем страховку при падении. Учимся правильно кувыряться вперед и назад. Физподготовка	2		
39	Отработка кувырок вперед и назад, Отработка страховок при падении	2		
40	Повторяем комплекс «20 форм» стиля чанцюань. Отработка приемов из этого комплекса с партнером	2		
41	Изучение 25-28 форм комплекса «32 формы» гуньшу, Повторяем ранее изученные формы	2		
42	Отрабатываем приемы защиты и нападения с гунем с партнером. Физподготовка	2		
43	Изучение 29-32 форм комплекса «32 формы» гуньшу, Повторяем ранее изученные формы	2		
44	Отработка комплекса «32 формы» гуньшу по частям	2		
45	Отработка комплекса «32 формы» гуньшу «по дорожкам» и целиком	2		

46	Отработка комплекса «32 формы» гуньшу «по дорожкам» и целиком с акцентом на правильность позиций и низкие стойки	2		
47	Отработка комплекса «32 формы» гуньшу «по дорожкам» и целиком с акцентом на качество техники	2		
48	Отработка комплекса «32 формы» гуньшу «по дорожкам» и целиком с акцентом на правильное приложение силы	2		
49	Отработка комплекса «20 форм» чанцюань «по дорожкам» и целиком с акцентом на правильность позиций и низкие стойки	2		
50	Отработка комплекса «20 форм» чанцюань «по дорожкам» и целиком с акцентом на качество техники	2		
51	Отработка комплекса «20 форм» чанцюань «по дорожкам» и целиком с акцентом на правильное приложение силы	2		
52	Подготовка к соревнованиям. Просмотр комплекса «20 форм» чанцюань в минигруппах.	2		
53	Подготовка к соревнованиям. Просмотр комплекса «20 форм» чанцюань индивидуально.	2		
54	Подготовка к соревнованиям. Просмотр комплекса «32 формы» гуньшу в минигруппах.	2		
55	Подготовка к соревнованиям. Просмотр комплекса «32 формы» гуньшу индивидуально.	2		
56	Проведение соревнований в группе по комплексу «20 форм» чанцюань	2		
57	Проведение соревнований в группе по комплексу «32 формы» гуньшу	2		
58	Изучаем технику стойки на руках. Теория, техника безопасности, подводящие упражнения	2		
59	Отработка стойки на руках, «мостиков»	2		
60	Переход из стойки на руках в «мостик»	2		
61	Повторение элементов акробатики: кувырки, стойка на руках, «колесо», «мостик»	2		
62	Подготовка к клубным городским соревнованиям. Отрабатываем комплекс «20 форм» чанцюань в минигруппах и индивидуально	2		
63	Подготовка к клубным городским соревнованиям. Отрабатываем комплекс «32 формы» гуньшу в минигруппах и индивидуально	2		
64	Подготовка к показательным выступлениям. Составление программы выступлений.	2		

65	Подготовка к показательным выступлениям. Отработка очередности выступлений	2		
66	Подготовка к показательным выступлениям. Отработка тайминга и динамики выступлений	2		
67	Показательные выступления	2		
68	Отработка приемов ушу с партнером с шестом и без оружия	2		
69	Подготовка к соревнования по ОФП	2		
70	Соревнования по ОФП	2		
71	Игровая тренировка	2		
72	Подведение итогов тренировочного года	2		
Всего:		144		

Содержание программы

1. Вводное занятие. Правила техники безопасности
Теория: Содержание программы обучения, расписание, техника безопасности, правила поведения в спортивном зале. Правила техники безопасности при работе со спортивным оружием. Когда можно брать спортивный инвентарь, как не получить травму при работе со спортивным оружием и случайно не причинить ее другому, как безопасно выполнять движения со спортивным оружием. Что такое дистанция и контроль своих движений.
2. История развития боевых систем восточных единоборств. История ушу, история спортивного ушу
Теория: Какие единоборства в каких странах родились, в чем их отличие, как они развивались до наших дней. История китайского ушу, с чего все начиналось, кто развивал ушу в Китае. Стили китайского ушу. История спортивного ушу в Китае и в России. Какие стили являются обязательными для изучения в спортивном ушу. В чем отличие спортивных и традиционных школ ушу.
3. База стиля чань цюань. Изучение и отработка. Теория: что такое стиль «чан цюань». Практика: Изучение базовых движений. Изучение базовых стоек. Изучение перемещений.
4. База гунь шу (искусство владения шестом). Изучение и отработка. Теория: что такое стиль «Гуньшу». Практика: Изучение базовых движений. Изучение базовых стоек. Изучение перемещений. Техника работы с «Гунем» при перемещениях.
5. ОФП. Упражнения для укрепления всех групп мышц.
Теория: Для чего нужны физические упражнения. Как правильно выполнять упражнения, чтобы не получить травму. Какие упражнения для каких групп мышц.
Практика: Упражнения для развития силы, упражнения для развития координации, упражнения для развития гибкости, упражнения для развития скорости, упражнения для развития выносливости
6. Акробатика.

Теория: Как используется акробатика в спортивном ушу. Техника безопасности при выполнении акробатических упражнений.

Практика: акробатические упражнения.

Упражнение «Колесо»

Демонстрация правильного выполнения.

Практика: индивидуальная отработка со страховкой, самостоятельное индивидуальное выполнение под присмотром, групповое выполнение

Упражнение «Мост»

Демонстрация правильного выполнения.

Практика: индивидуальная отработка со страховкой, самостоятельное индивидуальное выполнение под присмотром, групповое выполнение

Кувырок вперед и назад

Демонстрация правильного выполнения.

Практика: индивидуальная отработка со страховкой, самостоятельное индивидуальное выполнение под присмотром, групповое выполнение

Упражнение «Стойка на руках»

Демонстрация правильного выполнения.

Практика: индивидуальная отработка со страховкой, самостоятельное индивидуальное выполнение под присмотром, групповое выполнение

7. Изучение и отработка комплекса «20 форм» стиля «чанцюань»

Демонстрация правильного выполнения комплекса. Разбор распространенных ошибок при выполнении комплекса. На что обратить особое внимание.

Комплекс «20 форм» чанцюань. Изучение форм комплекса и их отработка.

8. Изучение и отработка комплекса «32 формы» гуньшу

Демонстрация правильного выполнения комплекса. Разбор распространенных ошибок при выполнении комплекса. На что обратить особое внимание.

Комплекс «32 формы» гуньшу. Изучение форм комплекса и их отработка.

9. Подготовка и участие в соревнованиях и показательных выступлениях.

Теория: Как проходят соревнования по спортивному ушу. Как правильно выполнять комплекс на соревнованиях. На что обращают внимание судьи. Как правильно готовиться к соревнованиям. Важность правильного отношения к победам и поражениям на соревнованиях.

Соревнования.

Практика: Участие в школьном турнире по ушу. Участие в показательных выступлениях для родителей. Участие в школьном турнире по ОФП среди занимающихся ушу. Участие в клубном городском турнире по ушу.

10. Показательные выступления. Торжественная демонстрация (групповая и индивидуальная) своих достижений за текущий год.

11. Итоговое занятие. Проходит в приятной игровой форме: спортивные эстафеты, спортивные игры. Настрой спортсменов на самостоятельную работу на каникулах, поддежание спортивной формы, настрой на продолжение тренировок в новом учебном году.

Оценочные материалы

Виды контроля: предварительный (входной), текущий, промежуточный, итоговый.

На основании **предварительного (входного) контроля** педагог получает представление об исходном уровне знаний и умений учащихся.

Текущий контроль фиксируется в «Журнале учета работы педагога дополнительного образования» как учет посещаемости учащихся. Предполагается, что, присутствуя на занятиях, учащийся задействован в процессе раскрытия и развития творческого потенциала, получает новые знания, приобретает умения и навыки.

Основными видами контроля результатов освоения учащимися дополнительных образовательных программ являются: промежуточный и итоговый.

Промежуточный контроль предусмотрен 2 раза в год (по полугодиям: в декабре и в мае) для выявления уровня освоения программы учащимися и возможной корректировки процесса обучения. Заполняется «Диагностическая карта оценки результатов обучающегося по дополнительной образовательной программе».

Итоговый контроль проводится для определения итогового уровня освоения программы обучающимися, включая учет их творческих достижений.

При осуществлении **промежуточного и итогового** контроля заполняется «Диагностическая карта оценки результатов обучающегося по дополнительной общеобразовательной программе», в которой отражаются:

- временные затраты на освоение программы;
- критерии оценки уровня предметных результатов учащихся
- критерии оценки уровня метапредметных результатов учащихся;
- критерии оценки уровня развития личностных результатов учащихся;
- учет творческих достижений учащихся.

При диагностике освоения программы по критериям предметных, метапредметных и личностных результатов предполагается суммирование баллов по обозначенным позициям.

Учет временных затрат на освоение программы фиксируется следующим образом:

- посещение менее 30% занятий по программе – 1 балл;
- посещение от 30% до 60% занятий по программе – 2 балла;
- посещение более 60% занятий – 3 балла.

Учет спортивных достижений учащихся предполагает три уровня в зависимости от масштаба мероприятия (конкурс, выставка и т.д.):

- уровень учреждения – 1 балл;
- уровень района, города, области – 2 балла;
- всероссийский или международный уровень – 3 балла.

Здесь баллы не суммируются, фиксируется максимальный уровень достижений.

По сумме всех набранных баллов выделяются три уровня освоения программы учащимися: начальный (I), средний (II), высокий (III).

Диапазон начального уровня – от 1 до 5 баллов включительно.

Диапазон среднего уровня – от 6 до 10 баллов.

Диапазон высокого уровня – от 11 до 15 баллов.

Промежуточный и итоговый контроль (аттестация) осуществляются педагогом в отношении каждого учащегося, результаты фиксируются в «Диагностической карте оценки результатов обучающегося по дополнительной образовательной программе», количество таких карт соответствует количеству учащихся в группе.

Затем педагог заполняет «Диагностическую карту оценки результатов освоения обучающимися дополнительной образовательной программы», отражающую результативность группы. Для каждой группы такая карта составляется в единственном количестве. Здесь фиксируется (в процентном соотношении от общей численности группы) количество учащихся, чья результативность соответствует: I (начальному) уровню, II (среднему) уровню, III (высокому) уровню освоения программы.

Среди прочих параметров результативности группы обучающихся/учащихся указываются:

- количество учащихся, посещающих занятия;
- используемые формы контроля;
- сохранность контингента.

Анализ полученных результатов является основанием для корректировки программы и ее дальнейшего совершенствования.

Таким образом, промежуточный и итоговый контроль (аттестация) осуществляются педагогом в отношении каждого учащегося и каждой учебной группы, что фиксируется в соответствующих диагностических картах оценки результатов освоения дополнительной образовательной программ.

Результаты учащихся проверяются в разных формах: выполнение контрольных нормативов, участие в групповых и массовых мероприятиях, аттестации учащихся, самостоятельном выполнении базовых движений ушу.

Итоги реализации программы проводятся в виде сдачи контрольных нормативов и участия в соревнованиях.

Диагностическая карта оценки результатов обучающегося по дополнительной образовательной программе

ФИО педагога _____
 Название программы _____
 Номер группы _____
 ФИО обучающегося _____

Уровень освоения программы (итоговый)

Алгоритм подсчета результатов:

1. Подсчитывается количество баллов по каждому обучающемуся;
2. Определяется уровень освоения образовательной программы по сумме баллов.

Критерии	Показатели (баллы)	Промежуточная аттестация		Итоговая аттестация
		I полугод	II полугод	
1. Временные затраты на освоение программы				
- посещение менее 30% занятий по программе	1			
- посещение от 30% до 60% занятий по программе	2			
- посещение более 60% занятий по программе	3			
2. Критерии оценки уровня предметных результатов обучающегося				
- теоретический уровень (знания)	1			
- практический уровень (умения, навыки)	1			
- проявление творческих решений (на уровне объединения)	1			
3. Критерии оценки уровня метапредметных результатов обучающегося				
- познавательные (работа с информацией, исследовательская деятельность)	1			
- регулятивные (саморегуляция, целеполагание, способность к преодолению препятствий и стрессовых ситуаций)	1			
- коммуникативные компетенции (сотрудничество, работа в команде на общий результат)	1			
4. Критерии оценки уровня развития личностных результатов обучающегося				
- ответственное отношение к занятиям	1			
- соответствие социально-этическим нормам поведения	1			
- приверженность гуманистическим ценностям	1			
5. Учет творческих достижений обучающегося (учитывается максимальный уровень достижений из перечисленных)				
- уровень учреждения	1			
- уровень района, города, области	2			

<i>- всероссийский или международный уровень</i>		3			
Сумма баллов:					
Уровень:	<i>диапазон начального уровня</i>	1 - 5	I	I	I
	<i>диапазон среднего уровня</i>	6 -10	II	II	II
	<i>диапазон высокого уровня</i>	11-15	III	III	III
Дата собеседования:					

Диагностическая карта оценки результатов освоения дополнительной образовательной программы, сводная по группе обучающихся

ФИО педагога	
Название программы	
Период обучения	
Номер группы	

Параметры результативности	Аттестация	
	промежуточная I полугод.	итоговая II полугод.
1. количество учащихся, посещающих занятия		
2. используемые формы контроля:		
3. количество учащихся в %, освоивших программу (этап) в разной степени:		
- <i>I начальный уровень</i>		
- <i>II средний уровень</i>		
- <i>III высокий уровень</i>		
4. сохранность контингента в %		
- <i>на конец первого полугодия</i>		
- <i>на конец учебного года</i>		
5.* (для программ сроком реализации более одного года) количество учащихся в %,		
- <i>переведенных на следующий учебный год</i>		
- <i>не переведенных на следующий учебный год</i>		
6. необходимость корректировки программы:		
Дата собеседования:		
Подпись педагога, осуществлявшего диагностику:		

Алгоритм заполнения карты:

- Педагог оценивает результаты освоения программы группой учащихся в конце каждого полугодия;
- Педагог осуществляет итоговую аттестацию в конце учебного года;
- № 5* - учитывается только для программ со сроком реализации более одного года.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методические материалы, используемые тренером в работе представлены ниже в списке литературы для педагогов. Тренер использует новейшие методики, методы и технологии обучения, регулярно проходя семинары и тренинги у лучших специалистов в сфере УШУ, включая китайских специалистов.

Список литературы для педагогов

1. Музруков Г.Н. Основы ушу. / Музруков Г.Н.//Москва-2004 г.
2. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры/ Курамшин Ю.Ф.// М.: Советский спорт.- 2010.- 320стр.
3. Страдина М.С. Возрастная морфология. /Учебно-методическое пособие. СПб ГУФК, 2005
4. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе/ Петров П.К.//М.: Гуманитарно-издательский центр «Владос».- 2000.-447стр
5. Абовян Т.Ж., Высочин Ю. В., Лукоянов В.В. Предсоревновательная подготовка в ушу./ Абовян Т.Ж., Высочин Ю. В., Лукоянов В.В. // СПб.: ГАФК, 1999.-109с
6. Карамов С. Оружие ушу: Практика владения традиционным китайским оружием./ Карамов С. //М.: Фаир-пресс, 2000. – 400с.
7. Маслов А.А. Длинный кулак: Чаньцюань. Ушу./ Маслов А.А. // - М.: Росторгреклама, 1991. - 76с
8. Энциклопедия Ушу. Северные стили. Комплекс упражнений, посвященный спортивному ушу. DVD-ROM. – ИД «Равновесие», 2007.
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений./ Холодов Ж.К.// М.: Издательский цент "Академия", 2000. - 480 с

Список литературы для учащихся

1. Музруков Г.Н. Основы ушу. / Музруков Г.Н.//Москва-2004 г.
2. Глейбман А. Игры для детей./ Глейбман А. // Физкультура и спорт 2006г.-280с.