

ОТЧЕТ

О проведении профильной смены по направлению «Спорт» для одаренных в спорте детей – по виду спорта: Дзюдо.

Период: с 10 по 21 мая 2023 г.

Тренера: Аушев Магомед Исаевич, Семенов Гаврил Платонович

Форма: Очная

В период с 10 по 21 мая 2023 г. была организована профильная смена для одаренных детей с стационарным пребыванием по направлению «Спорт» дзюдо на базе ГАУ ДО РС (Я) «Малой академии наук РС (Я)» в с. Чапаево, Хангаласского улуса. За время работы профильной смены по виду спорта дзюдо принимали участие 15 членов сборной команды РС (Я) в возрасте от 11 до 16 лет.

СПИСОК

УЧАСТНИКОВ ПО ДЗЮДО

№	ФИО	Год Рождения	Организация
1	Чемпоров Кирилл Александрович	2010	Temple г.Якутск
2	Нестерова Вероника Станиславовна	2010	7император
3	Попова Алсу Евгеньевна	2011	Temple г.Якутск
4	Монастырев Алескандр Борисович	2009	Рандори г.Якутск
5	Соколов Глеб Антонович	2010	Рандори г.Якутск
6	Федорова Александра Петровна	2008	Нюрбинская СОШ
7	Тихонова Кюнний Вячеславовна	2008	Нюрбинская СОШ
8	Нестеров Максим Анатольевич	2010	ДЮСШ2 г.Якутск
9	Алиева Айназик Болотбековна	2010	ДЮСШ2 г.Якутск
10	Потапов Александр Александрович	2009	Дарк г.Якутск
11	Перцов Артем Максимович	2008	Дарк г.Якутск
12	Тырахинов Евгений Михайлович	2009	ДЮСШ2 г.Якутск
13	Паршикова Кира Олеговна	2007	ДЮСШ2 г.Якутск
14	Абдуллаев Алишер Абдуразакович	2009	ДЮСШ№6
15	Гуляев Игорь Русланович	2008	ДЮСШ№6



Работу профильной смены обеспечили по программам мероприятий – прохождение образовательных программ по виду спорта дзюдо под руководством тренеров:

1. Аушев Магомед Исаевич – Тренер по дзюдо СК «Хорсун»;
2. Семенов Гаврил Платонович – Старший тренер сборной команды РС(Я) по дзюдо;

Профильная смена была организована в рамках плана мероприятий Регионального центра выявления и поддержки одаренных детей в Республике Саха (Якутия).

В течение профильной смены были проведены: занятия в мастерской Soft Skills по математической логике, риторике делового общения, разговорному английскому, введению в программирование.

Юные спортсмены выбрали по своим интересам занятия по клубной деятельности. Была проведена экскурсия в зоопарк «Орто-Дойду» пешим ходом.

Все запланированные мероприятия были реализованы.

По итогам профильной смены спортсменам вручены сертификаты.

Образовательная программа «ДЗЮДО» (далее программа) является программой спортивной подготовки по виду спорта стрельба из лука, предназначенная для детей, проявивших одаренность в данном виде спорта и успешно обучающихся в спортивных организациях (ДЮСШ, СШ, СШОР и т.п.) Российской Федерации по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта согласно Приказ

Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. № 939 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам", отобранных Экспертным советом Фонда на основании утвержденных критериев отбора обучающихся. Программа составлена с учетом основополагающих законодательных и нормативно правовых документов, определяющих основную направленность, объем и содержание учебных занятий, согласно федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта лыжные гонки (утв. приказом Министерства спорта РФ от 24.03.2013 № 148, зарегистрировано в Минюсте России от 06.06.2013 г № 28719), совокупностью минимальных требований к спортивной подготовке по видам спорта, разработанными и утвержденными на основании с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку.

Критерии отбора: сильнейшие дзюдоисты Республики Саха (Якутия), отобранные по утвержденным критериям и спортивными результатами на Первенствах РС (Я) и ДВФО.

Сроки проведения: 10 по 21 мая 2023 г.

Цель программы: подготовка юных дзюдоистов к успешному выступлению на важнейших всероссийских и международных соревнованиях.

Учебно-тренировочные задачи, решаемые в рамках программы по дзюдо:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом и формирование спортивной мотивации;
- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- совершенствование общих и специальных физических качеств,

технической, тактической и психологической подготовки;

- освоение основ техники по виду спорта дзюдо;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта дзюдо;
- воспитание морально-волевых качеств и патриотизма у юных спортсменов;
- сохранение здоровья спортсменов.

В соответствии с перечисленными задачами и направленностью программ спортивной подготовки осуществляется адекватный подбор средств, методов и режима работы, определяются величины и направленность тренировочных нагрузок, производится рациональное построение учебно-тренировочного процесса микроциклах. При формировании программы учитывается принцип системного чередования нагрузок и восстановления (активного и пассивного отдыха, применение восстановительных средств).



Тематический план образовательной программы
«ДЗЮДО»:
(темы, формы и объем спортивной подготовки)

Модуль	Наименование	Часы
1	Теоретическая подготовка	4
2	Общая физическая подготовка	14
3	Технико-тактическая подготовка	20
4	Психологическая подготовка	4
Итого:		44 акад. ч.

Поурочный план учебно-тренировочных занятий

Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания	Инвентарь
10 мая 2023 года (среда)			
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Общая (специальная) физическая	1 акад. часа 15 мин	Специально-подготовительные, акробатические упражнения. Упражнения с предметом, подвижные игры	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Психология	15 мин.		
11 мая 2023 года (четверг)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. часа	Работа в парах, совершенствование техники бросков	
Общая (специальная) физическая	30 мин	Специально-подготовительные, акробатические упражнения. Упражнения с предметом, подвижные игры	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	15 мин.		
12 мая 2023 года (пятница)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. часа	Работа в парах, совершенствование техники бросков	
Общая (специальная) физическая	30 мин	Специально-подготовительные, акробатические упражнения. Упражнения с предметом, подвижные игры	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		

Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	15 мин.		
13 мая 2023 года (суббота)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Общая (специальная) физическая	1 акад. час 30 мин.	Специально- подготовительные, акробатические упражнения. Упражнения с предметом, подвижные игры	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	15 мин.		
14 мая 2023 года (воскресенье)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Общая (специальная) физическая	1 акад. час 30 мин.	Специально- подготовительные, акробатические упражнения. Упражнения с предметом, подвижные игры	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	15 мин.		
15 мая 2023 года (понедельник)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Общая физическая подготовка	30 мин.	Кросс, ОФП, подвижные игры	
Технико-тактическая	30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники	Гиря, штанги, мячи,

подготовка		бросков	скакалка
Теория	30 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 15 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	30 мин.		
16 мая 2023 года (вторник)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Общая физическая подготовка	30 мин.	Кросс, ОФП, подвижные игры	
Технико-тактическая подготовка	30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	30 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 15 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	30 мин.		
17 мая 2023 года (среда)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Общая физическая подготовка	30 мин.	Кросс, ОФП, подвижные игры	
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	15 мин.		
18 мая 2023 года (четверг)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			

Общая физическая подготовка	30 мин.	Кросс, ОФП, подвижные игры	
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	15 мин.		
19 мая 2023 года (пятница)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Общая физическая подготовка	30 мин.	Кросс, ОФП, подвижные игры	
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Психология	15 мин.		
20 мая 2023 года (суббота)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Общая физическая подготовка	30 мин.	Кросс, ОФП, подвижные игры	
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Дневная тренировка (90 минут (2 акад. ч.))			
Технико-тактическая подготовка	1 акад. час 30 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка

Психология	15 мин.		
21 мая 2023 года (воскресенье)			
Утренняя тренировка (90 минут (2 акад. ч.)			
Общая физическая подготовка	1 акад. час 15 мин.	Кросс, ОФП, подвижные игры	
Психология	15 мин.	Работа в парах, совершенствование техники бросков	Гиря, штанги, мячи, скакалка
Теория	15 мин.		
Отъезд			