

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №6»
ГОРОДА ЖЕЛЕЗНОГОРСКА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ**

Принята на заседании педагогического совета МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 6» Протокол от 29.08.2024 г №1	Утверждена: Директор «МОУ «Средняя общеобразовательная школа №6» И.Н.Ерохина Приказ от 30.08. 2024 г № 1-362
--	--

**Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«САМБО»**

Уровень программы: общекультурный
Срок реализации: 1 год (68 ч)
Возрастная категория: 6-10 лет

Автор-составитель:
Педагог дополнительного образования
Терехов А. А.

1 категория

Железногорск, 2024 г.

Комплекс основных характеристик программы

2.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа «Самбо» (далее – Программа) **физкультурно-спортивной направленности.**

Программа составлена с учетом законодательных и **нормативных актов**, действующих в системе дополнительного образования детей и МОУ «СОШ № 6».

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 04.08.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.04.2024);
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.;
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
4. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 № 04-423 «Об исполнении протокола» (вместе с Методическими рекомендациями для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями));

10. Устав МОУ «Средняя общеобразовательная школа №6», утвержден постановлением Администрации города Железногорска.

11. Положение о дополнительной общеразвивающей программе МОУ «Средняя общеобразовательная школа №6».

Актуальность программы:

Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеразвивающей программы «Борьба самбо». Она конкретизирует содержание тем дополнительной общеразвивающей программы «Борьба самбо» 1 года обучения и дает примерное распределение педагогических часов по разделам программы. Данная общеразвивающая программа разработана в соответствии с законом «Об образовании» РФ, с типовым положением об образовательных учреждениях дополнительного образования детей, с нормами СанПиН 2.4.4.3172-14.

Место реализации программы: муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6» Курская область, г. Железногорск, ул.Л.Голенькова,15, тел. (47148) 2-62-04.

2.2. Объем

Объем программы: 68 ч.

Объем программы по групповой деятельности: 68 ч

часов в неделю – 2 часа, продолжительность занятия – 2 часа, классы – 2 - 4 классы, наполняемость группы – 15 человек.

Уровень сложности содержания программы: средний.

Условия реализации рабочей программы составляет 1 год.

На занятия принимаются все желающие, **не имеющие медицинских противопоказаний**. При поступлении в объединение учащиеся должны представить медицинскую справку, о состоянии здоровья и письменное заявление родителей.

Форма обучения: очная

Формы проведения итогов реализации программы:

- ежегодная проверка сохранности контингента и его уровня обучения;
- прослеживание положительной динамики в усвоении предложенной программы;
- результаты профессиональных достижений обучения;
- проведение учебно-тренировочных сборов для одаренных учеников.

По окончании учебного года обучения в мае месяце проводятся итоговые занятия и

контрольная проверка знаний учеников и спортсменов.

2.3. Цель

Цель программы: способствование формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных качеств, на основе полноценного использования всего многообразия техники самбо в сочетании с другими методами физического воспитания.

2.4. Задачи

Образовательные:

- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- получение специальной физической подготовки средствами изучения приемов самбо;
- создание условий для продвижения учащихся к собственным успехам.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие опорно-двигательного аппарата ребенка;
- содействие нормальному физическому развитию детей в целом;
- развитие двигательных способностей детей.

Воспитательные:

- воспитание силы воли, упорства в достижении цели, выносливости, самообладания и выдержки;
- содействие в воспитании нравственных и физических возможностей человека, а также его гармоничному развитию.

Оздоровительные:

- улучшать функциональное состояние организма;
- повышать физическую и умственную работоспособность;
- способствовать снижению заболеваемости.

Занятия в группе формируют адекватную самооценку, избавляют от неуверенности в себе, способствуют самоконтролю, а также позволяют избегать рисков, опасных для здоровья, помогают приобретать полезные навыки и привычки.

2.5. Планируемые результаты

В результате второго года занятий по программе обучающиеся будут знать:

- ✓ Основные названия простых ОРУ (общеразвивающих упражнений);
- ✓ Овладевают основной терминологией ОФП и самбо;
- ✓ Правила проведения зачетов и соревнований;
- ✓ Иметь представление о специальной физической подготовке.

Уметь:

- ✓ Делать начальные упражнения по ОФП;
- ✓ Делать начальные упражнения по ОРУ;
- ✓ Делать разминку и простейшие подсечки и броски.

2.6.Содержание программы

1. Вводное занятие.

Инструктаж по ТБ во время занятий в спортивном зале. Правила поведения. Гигиена спортсмена и закаливание. Теоретическая подготовка.

2. Теория самбо.

Теория: история развития самбо в мире и России. История развития самбо в СССР и современной России.

Практика: знакомство с автобиографией основателя самбо.

3. Общая физическая подготовка.

Теория: значение общефизической подготовки. Виды общефизической подготовки. Особенности выполнения упражнений, элементы ОФП.

Практика: выполнение упражнений на выносливость; ловкость и силу, растяжку; разминка; бег на короткие дистанции; прыжки; дыхательные упражнения; подвижные игры.

4. Элементы специальной физической подготовки.

Теория: терминология при проведении занятий по специальной физической подготовке; характеристика основных упражнений и их значений для достижений мастерства; основные названия подсечек и бросков.

Практика: выполнение упражнений для развития гибкости, силы, быстроты, силовой выносливости, упражнений на развитие координации и специальных видов восприятия.

5. Элементы технической подготовки.

Теория: права и обязанности спортсменов; правила проведения зачетов и соревнований по самбо; техника выполнения подсечек и система бросков;

Практика: выполнение упражнений под счет, по команде и самостоятельно.

6. Итоговое занятие.

Теория: правила проведения зачетов и соревнований по самбо.

Практика: участие в соревнованиях по специальной физической подготовке.

3. Комплекс организационно-педагогических условий.

3.1. Календарный учебный график;

(1 год обучения)

№ занятия	Дата занятия по плану	Дата занятия по факту	Тема занятия	Кол-во часов
1			Вводное занятия. Формирование групп, ТБ	2
2			Формирование групп, ТБ	2
3			Основы самбо. ОФП. ОРУ в движении	2
4			История самбо	2
5			Упражнения на скорость. Упражнения на выносливость	2
6			ОФП в движение. Упражнения на гибкость	2
7			Прыжки на скакалке	2
8			Бег на средней дистанции	2
9			Прыжки на скакалке. Упражнения на гибкость	2
10			ОФП – ОРУ в движении. Изучение ударов руками	2
11			ОФП – ОРУ в движении. Изучение ударов ногами	2
12			ОФП – ОРУ в движении. Изучение системы блоков	2
13			Системы блоков	2
14			Атака. Контратака	2
15			Приемы и броски	2
16			Приемы и броски	2
17			Подсечки и броски	2
18			ТБ. Бег	2
19			Теория. Судейский семинар	2
20			Теория. Правила поведения в зале	2
21			Теория. Правила поведения на уроке	2
22			Отработка ударов движения	2

23			Отработка ударов	2
24			Бег. Удары	2
25			Бег. Прыжки	2
26			Упражнения на развитие ловкости и силы	2
27			Инструктаж по ТБ	2
28			Приемы и броски	2
29			Приемы и броски	2
30			Самбо в движении	2
31			Упражнение на выносливость и силу	2
32			Растяжки	2
33			Итоговое занятие	2
34			Итоговое занятие	2
			Итого:	68

3.2. Учебный план

Первый год

	Тема занятий	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
	Вводное занятие	1	2	3	
	Теория самбо	2	-	2	
	Общая физическая подготовка	5	1	20	
	Элементы специальной физической подготовки	6	1	18	
	Элементы технической подготовки	6	1	21	
	Итоговое занятие	2	2	4	
	Итого	22	4	68	

3.3. Оценочные материалы

В арсенал средств тренировки входят общеразвивающие и специальные физические упражнения непосредственно из различных видов и систем физического воспитания.

Общеразвивающими упражнениями являются разнообразные циклические упражнения, подвижные игры, элементы гимнастики и акробатики и прочее. Они служат преимущественно средствами общей подготовки спортсмена.

Специальные упражнения делятся на **специально-подготовительные и соревновательные:**

-специально-подготовительные упражнения это движения и навыки, которые составляют предмет спортивной специализации. К ним относятся технические действия и сходные с ними по структуре движения, выполняемые с отягощениями, на снарядах, с партнером и т.п.

-соревновательные упражнения - это движения и навыки, сходные по форме и содержанию с элементами соревновательных действий. К ним относятся технические действия, обусловленные правилами соревнований.

Методы проведения занятий

Формирование методов тренировки исторически развивалось по нескольким направлениям. Широкое распространение получили игровые и соревновательные формы организации двигательной деятельности (типичные для спорта).

Вместе с тем разрабатывались специальные способы подготовки. В результате сложилось четыре типа методов тренировки: регламентированного упражнения, игровой, соревновательный и идеомоторный методы. Ни один из этих методов не может рассматриваться как единственно полноценный. Лишь совокупность методов, используемых в соответствии с методическими принципами, может обеспечить успешную реализацию поставленных задач.

Основные принципы тренировки:

Принцип постепенности.

Соблюдение этого принципа означает постепенное усложнение задач, увеличение объема и интенсивности нагрузки. Принцип постепенности базируется на соблюдении основных педагогических правил: «от простого к сложному», «от легкого к трудному», «от известного к неизвестному».

Правило «от простого к сложному» предполагает постепенное нарастание координационной сложности упражнений.

Правило «от легкого к трудному» в наибольшей мере определяет постепенность повышения физической нагрузки при обучении.

Правило «от известного к неизвестному» осуществляется на основе переноса

двигательных умений, приобретенных ранее, на процесс освоения нового упражнения.

Принцип постепенности предполагает поэтапное увеличение нагрузки и возрастание сложности выполняемых упражнений. Игнорирование этого принципа, стремление к возможно быстрому росту тренированности (форсированная тренировка) не способствует достижению подлинного мастерства и может быть вредным для здоровья и прогресса обучающего.

Принцип цикличности (повторности).

На основе этого принципа обеспечивается устойчивость изменений в органах человека под влиянием тренировки, формирование и закрепление необходимых навыков и знаний.

Принцип цикличности базируется на важнейшем физиологическом положении о повторных воздействиях для образования рефлекторных связей, для возникновения соответствующих изменений и совершенствования органов, систем и их функций под влиянием тренировки.

Количество повторений упражнений и интервалы отдыха между ними в значительной мере зависят от подготовленности занимающихся, их возраста и вида упражнений.

Принцип индивидуализации.

Осуществление этого принципа предполагает проведение тренировки с учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Упражнения, их форма, интенсивность, продолжительность, а также методы выполнения должны избираться в соответствии с полом и возрастом занимающихся, их физической подготовленностью и уровнем здоровья.

Индивидуальный подход необходим в решении всех основных задач, но учитывать индивидуальные особенности не значит потакать каждому обучающемуся. Подлинная индивидуализация занятий возможна лишь на основе соблюдения общих закономерностей обучения и соблюдения дисциплинарных требований внутри группы.

Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты, домашние задания;
- комбинированная.

Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП, игры.

Методы и приемы учебно-воспитательного процесса:

Эффективность реализации программы:

-информационно-познавательные (беседы, показ);

-творческие (развивающие игры);

-методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование).

3.4. Формы аттестации;

Формами проведения первичной диагностики является:

–собеседование, которое позволяет узнать интересы подростка, круг его друзей, проведение досуга; получить информацию о семье;

–диагностика личностных качеств подростков.

Тематический контроль проводится по мере освоения каждой учебной темы. Включает проверку конспектов, фронтальный устный опрос, тест. Возможно представление докладов с презентацией, проведение ролевой игры.

Промежуточный контроль проводится в декабре.

3.5. Методическое обеспечение

Тема занятий	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
Вводное занятие	Традиционная	Беседа, лекция	Памятка, выставка	Опрос
Теория самбо	Комбинированная	Информационно-познавательные (беседы, показ)	Учебно-методическая литература	Опрос
Общая физическая подготовка	Занятия оздоровительной направленности. Групповые и индивидуальные. Теоретические, практические. Праздники, эстафеты, игры.	Методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование)	Учебно-методическая литература. Скакалки, гимнастическая стенка, обручи	Опрос, соревнования, эстафеты, игры
Элементы специальной	Комбинированная. Групповые и	Методы контроля и самоконтроля	Учебно-методическая	Опрос, зачеты,

	физической подготовки	индивидуальные. Теоретические, практические	(самоанализ, тестирование)	литература.	соревнования
	Элементы технической подготовки	Комбинированная. Групповые и индивидуальные	Методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование)	Учебно-методическая литература. Мячи набивные различной массы	Опрос, зачеты, соревнования
	Обучение свободному бою	Комбинированная. Групповые и индивидуальные	Методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование)	Учебно-методическая литература	Бои, соревнования
	Проведение поединков с одним или несколькими противниками	Комбинированная. Групповые и индивидуальные. Теоретические, практические	Методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование)	Учебно-методическая литература	Бои, соревнования, экзамен
Итоговое занятие					

3.6. Условия реализации

Для успешной реализации программы и проведения занятий необходимы следующие оборудование и инвентарь:

- ✓ скакалки (15 штук)
- ✓ гимнастические маты (15 штук)
- ✓ мячи набивные различной массы (15 штук)
- ✓ гимнастическая стенка (8 пролетов)
- ✓ учебно-методическая литература.

Для проведения занятий обучающиеся должны иметь спортивную форму и спортивную обувь, а также специальную форму.

Кадровое обеспечение: педагогическая деятельность по реализации дополнительной общеразвивающей программе осуществляется лицом (педагогом дополнительного образования), имеющим среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлению,

соответствующем направлению дополнительной общеразвивающей программы) и отвечающим требованиям, указанным в квалификационном справочнике и профессиональном стандарте.

4. Рабочая программа воспитания

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде". (Статья 2, пункт 2)

Цель – создание благоприятных условий для социализации, развития творческих способностей и возможностей подростков, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

1. Приобщить обучающихся к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям.
2. Обеспечить развития личности и её социально-психологической поддержки, формирование личностных качеств, необходимых для жизни.
3. Развить интерес у обучающихся к самовыражению, познавательной, социальной, творческой активности.
4. Формировать коммуникативные умения, удовлетворение потребности обучающихся в общении.
5. Способствовать реализации интересов и потребностей обучающихся в различных видах общественной деятельности.
6. Обеспечить участие обучающихся в различных конкурсах, фестивалях, проектах и акциях районного, городского, всероссийского и международного уровня.
7. Воспитать внутреннюю потребность личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания.

Приоритетные направления в организации воспитательной работы

- Гражданско-патриотическое

Гражданско-патриотическое воспитание: формирование патриотических, ценностных

представлений о любви к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине, формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям российского народа.

- Духовно – нравственное

Духовно-нравственное воспитание формирует ценностные представления о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и др. народов России.

- Художественно-эстетическое

Художественно-эстетическое воспитание играет важную роль в формировании характера и нравственных качеств, а также в развитии хорошего вкуса и в поведении.

- Спортивно-оздоровительное

Физическое воспитание содействует здоровому образу жизни.

- Трудовое

Трудовое и профориентационное воспитание формирует знания, представления о трудовой деятельности; выявляет творческие способности и профессиональные направления обучающихся.

- Воспитание познавательных интересов

Воспитание познавательных интересов формирует потребность в приобретении новых знаний, интерес к творческой деятельности.

Планируемые результаты:

В работе с коллективом обучающихся:

- приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям;
- повышение уровня коммуникативных навыков и культуры общения (коммуникативный потенциал);
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие потребностей познавательной деятельности, к самовыражению, культурного, коммуникативного, творческого потенциала обучающихся;
- содействие формированию основ российской гражданской идентичности;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

В работе с родителями

- Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации)
- Содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей в течение года)
- Повышение педагогической культуры родителей, совершенствование семейного воспитания на примерах традиций семьи, усиления роли семьи в воспитании детей.

Способы проверки ожидаемых результатов:

1. Количественные показатели (количество проведённых мероприятий, охват участников).
2. Социальные показатели (заинтересованность учащихся, родителей).
3. Учёт запроса проводимых традиционных мероприятий.

Формы работы – групповые или индивидуальные.

Воспитательная работа с обучающимися ведется в течение всего периода обучения.

5. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Срок и место проведения	Ответственный
1.	Участие в проведении Дня открытых дверей.	Тематическое мероприятие	Сентябрь, актовый зал школы	Педагог дополнительного образования, педагог - организатор, педагог - библиотекарь
2.	Участие в муниципальных, областных конкурсных мероприятиях	Конкурс	В течение учебного года	Педагог дополнительного образования
3.	Конкурс рисунков на асфальте «Мы против терроризма!», посвященные Дню Солидарности в борьбе с терроризмом	Конкурс	Сентябрь, школьный двор	Педагог дополнительного образования
4.	Родительское собрание. Избрание родительского комитета.	Собрание	Сентябрь, актовый зал школы	Педагог дополнительного образования
5.	Профилактическая беседа «Терроризм – зло против человечества». Обзор стенда «Правила поведения при пожаре».	Беседа	Сентябрь, фойе школы	Педагог дополнительного образования, учитель по ОБЗР
6.	Конкурсная программа, посвященная Дню пожилого человека	Конкурс	Октябрь, спортивный зал	Педагог дополнительного образования, педагог –

				организатор, педагог - библиотекарь
7.	Беседа «Интернет для детей – без бед»	Беседа	Октябрь, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования
8.	Викторина « День народного единства» на знание государственной символики Российской Федерации	Викторина	Ноябрь, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования
9.	Беседа, посвященная Дню толерантности Акция «Дари добро» ко Дню инвалида.	Беседа	Ноябрь, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования
10.	Беседа «Мы – Россияне!», посвященная Дню Конституции РФ. Новогодние утренники «Праздник к нам приходит».	Беседа	Декабрь, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования
11.	Родительское собрание: «Современная семья: возможности и проблемы ее уклада» Необходимость семейных традиций в жизни ребенка	Собрание	Декабрь, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования
12.	Инструктажи перед каникулами на темы: «Осторожно, гололед!», «Светоотражающие элементы и удерживающие устройства» Профилактическая беседа «Пиротехника и последствия шалости с ней».	Беседа	Декабрь, учебный кабинет ОБЗР	Педагог дополнительного образования, учитель по ОБЗР
13.	Викторина по Новогодним праздникам	Викторина	Январь. актовый зал	Педагог дополнительного образования
14.	Познавательная игра «Мы за здоровый образ жизни» Инструктаж «Осторожно, гололед!»,	Игра	Февраль, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования, учитель физической культуры
15.	Конкурсно - развлекательная программа «Масленичный разгуляй!»	Конкурс	Март. актовый зал	Педагог дополнительного образования, педагог - организатор, педагог - библиотекарь

16.	Беседа, посвященная Дню воссоединению Крыма с Россией	Беседа	Март, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования
17.	Квест - игра «Безопасные дороги»	Квест - игра	Апрель, спортивный зал	Педагог дополнительного образования
18.	Занятие «День Победы!», посвященное 9 мая.	Тематическое мероприятие, концерт	Май, актовый зал	Педагог дополнительного образования
19.	Беседа «Семья и ее ценности», посвященная Всемирному дню семьи.	Беседа	Май, учебный кабинет	Педагог дополнительного образования

6. Список литературы:

1. Еникеева Д. Практическая психология. – М.: Просвещение, 2010
2. Гончаров А. В. Уроки самбо. Учись побеждать красиво. Техника бросков в стойке. Издание на 2 дисках, Компания «Правильное кино», 2009
3. Конвишер И. Б. Техника и тактика современного спорта. – М.: Просвещение, 2012
4. Подливаев Б. А., Свищев И. Д. Актуальные проблемы спортивных единоборств. Вып. 6. М.: СпортУниверПресс, 2013
5. Рудман Д. Л. Самбо. – М.: Терра-спорт, 2008
6. Шитов В. В. Эффективная система тренировок. – М.: Просвещение, 2012

Список литературы, рекомендованной родителям в целях расширения диапазона образовательного воздействия и помощи родителям в обучении и воспитании ребенка:

1. Бородина А.В. Направления развития социальной активности молодежи в условиях современного общества // Гуманитарные научные исследования. - 2016. - № 3 [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://human.snauka.ru/2016/03/14506>(дата обращения: 07.06.2018).
2. Дополнительное образование. Социальная сеть работников образования. — URL: <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie>
3. Единый национальный портал дополнительного образования детей. — URL: <http://dop.edu.ru/home/53>
4. Информационный портал Реализация Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.273-фз.рф>
5. История добровольчества в России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: https://ria.ru/disabled_know/20130217/923151956.html.
6. Ковалева Е.В. Формирование социальной компетенции подростков посредством волонтерской деятельности // [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <file:///C:/Users/Администратор/Downloads/formirovanie-sotsialnoy-kompetentsii-podrostkov-posredstvom-volonterskoy-deyatelnosti.pdf>
7. Мазлоев Х.Х. Воспитание патриотических чувств и формирование гражданской ответственности молодого гражданина // Научное сообщество студентов XXI столетия. Общественные науки: сб. ст. по мат. LXII междунар. студ. науч.-практ. конф. № 2(61) [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://sibac.info/studconf/social/lxii/98240>.
8. Миллер С.В. Крутых Е.В. Особенности формирования гражданской ответственности учащейся молодежи. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://www.scienceforum.ru/2013/176/3062>.

9. Нужно ли волонтерам внимание государства? // Такие дела, 05. 12. 2017 [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://takiedela.ru/news/2017/12/05/volunteer/>.

10. Основы государственной молодежной политики на период до 2025. Утверждены распоряжением Правительства Российской Федерации 29.11.2014 № 2403-р [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_171835/.

11. Рудницкая А.П., Квартников П.В. Роль гражданской активности в становлении ценностных ориентиров современной молодежи [Электронный ресурс]

http://ma123.ru/wpcontent/uploads/2018/05/%D0%A0%D1%83%D0%B4%D0%BD%D0%B8%D1%86%D0%BA%D0%B0%D1%8F%D0%90.%D0%9F.%D0%9A%D0%B2%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2-%D0%9F.%D0%92.Statya_RGSU_Molodezh_2_marta_2018_goda.pdf.

12. Рыжкина Ю.В. Карфидова Т.Н. Спортивное волонтерство: взаимодействие личности, общества и государства [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/58642/1/978-5-7996-2289-3_2018_33.pdf.

13. Садчикова Т.А. Формирование гражданской ответственности старшеклассников в процессе волонтерской деятельности кандидат педагогических наук: Дисс. канд. пед. наук. Тамбов, 2009. - 227 с. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.dissercat.com/content/formirovanie-grazhdanskoi-otvetstvennosti-starsheklassnikov-v-protsesse-volonterskoi-deyateli#ixzz5QdsFluNK>.

14. Стратегия развития молодежи Российской Федерации на период до 2025 г. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://vmo.rgub.ru/actual/strategy_2025

15. Усков А.Ю. Развитие добровольчества как одно из направлений молодежной политики // Ученые записки Тамбовского отделения РСОМУ. - 2017. [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-dobrovolchestva-kak-odno-iz-napravleniy-molodezhnoy-politiki>.

16. Устав волонтера http://he-plus-she.narod.ru/ustav_vol.htm

17. Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам добровольчества (волонтерства)» от 5 февраля 2018 г. N

15-ФЗ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.garant.ru/hotlaw/federal/1170133/#ixzz5Pxm2qEQ0>.

