

Выписка
из дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
по виду спорта «дзюдо»

Принято на заседании
тренерского совета
12.04.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО СШОР
«Сталь»

Н.Н.
Евсеев

Приказ № 48 от 12.04.2023 г.

9. Планы инструкторской и судейской практики.

Спортивные школы решают задачи подготовки обучающихся к роли помощника тренера-преподавателя, инструктора и к участию в организации и проведении спортивных соревнований в качестве бокового судьи, арбитра, секретаря.

Решение этих задач целесообразно начинать на тренировочном этапе. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.

Обучающиеся тренировочного этапа должны овладеть принятой дзюдо терминологией и командным языком для построения, отдачи рапорта, проведения строевых и порядковых упражнений; овладеть основными методами построения учебно-тренировочного занятия: разминка, основная и заключительная части. Овладение обязанностями дежурного по группе (подготовка мест занятий, получение необходимого инвентаря и оборудования и сдача его после окончания занятия).

Во время проведения занятий необходимо развивать способность спортсменов наблюдать за выполнением упражнений, технических приемов другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их.

Обучающиеся должны научиться вместе с тренером-преподавателем проводить разминку; участвовать в судействе. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения спортсменов к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведение протоколов соревнований.

Таблица 18.

Этапы спортивной подготовки	Содержание практики
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех лет	Овладение терминологией и командным языком, терминами по изучению элементов. Выполнение обязанностей тренера-преподавателя на занятиях. Способность наблюдать за выполнением упражнений другими занимающимися и находить ошибки в технике выполнения отдельных элементов. Умение составить конспект учебно-тренировочного занятия, провести вместе с тренером-преподавателем разминку в

	<p>группе.</p> <p><i>Судейство:</i> Изучение основных правил. Судейство школьных соревнований в роли секундометриста, бокового судьи.</p>
<p>Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) свыше трех лет</p>	<p>Привлечение в качестве помощника тренера-преподавателя при проведении разминки, разучивании отдельных упражнений, контроля за техникой выполнения отдельных элементов и упражнений. Умение подбирать основные упражнения для разминки и самостоятельное ее проведение по заданию тренера-преподавателя.</p> <p>Умение грамотно демонстрировать технику выполнения отдельных элементов и упражнений, замечать и исправлять ошибки при их выполнении другими обучающимися.</p> <p><i>Судейство:</i> Судейство соревнований в роли бокового судьи, арбитра. Контроль формы спортсменов перед поединком. Знать основные правила судейства соревнований. Непосредственно выполнять отдельные судейские обязанности, обязанности секретаря. Проведение процедуры взвешивания спортсменов.</p>
<p>Этап совершенствования спортивного мастерства</p>	<p>Регулярное привлечение в качестве помощника тренера-преподавателя для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах. Умение самостоятельно проводить разминку, составлять комплексы упражнений учебно-тренировочных занятий, грамотно вести записи выполненных тренировочных нагрузок.</p> <p><i>Судейство:</i> Знать правила соревнований. Проведение занятий и соревнований в младших возрастных группах спортивной школы.</p>
<p>Этап высшего спортивного мастерства</p>	<p>Регулярное привлечение в качестве помощника тренера-преподавателя для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований в группах начальной подготовки и учебно-тренировочных группах спортивной школы. Умение самостоятельно проводить разминку, составлять комплексы упражнений учебно-тренировочных занятий, грамотно вести записи выполненных тренировочных нагрузок.</p> <p><i>Судейство:</i> Знать правила соревнований, проведение занятий и соревнований в младших возрастных группах спортивной школы. Принимать участие в судействе городских соревнований и турниров. Выполнение необходимых требований для присвоения звания инструктора и судьи по спорту.</p>