



# «Самбо в школу»

Федеральный проект





*Стратегические ориентиры воспитания сформулированы Президентом Российской Федерации В. В. Путиным:*

*«...Формирование гармоничной личности, воспитание гражданина России – зрелого, ответственного человека, в котором сочетается любовь к большой и малой родине, общенациональная и этническая идентичность, уважение к культуре, традициям людей, которые живут рядом».*

## О ПРОЕКТЕ «САМБО В ШКОЛУ»



Федеральный проект «Самбо в школу» предусматривает программу включения урока самбо в общую систему подготовки школьников России.

Активная работа по внедрению самбо в школьную программу проводится в стране с 1 сентября 2016 года.



Президент Всероссийской и Европейской федерации самбо *Сергей Елусеев*:

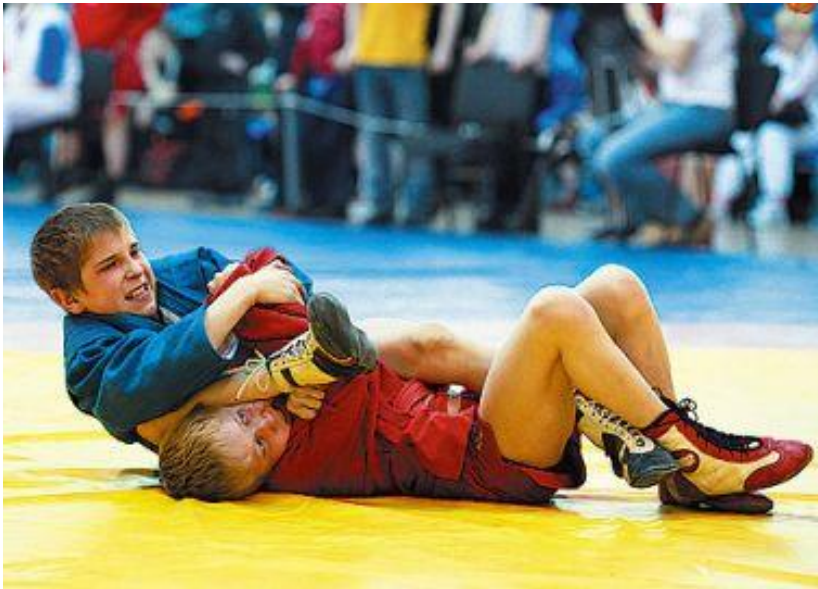
*«К самбо должны относиться как к национальному достоянию. Дети должны знать историю самбо, гордиться ей».*

*А знание приемов самозащиты необходимы каждому.*

*«Мы не учим детей бороться, делать броски. Мы учим их правильно падать, освобождаться от захватов и как себя вести в экстремальных ситуациях.*

*Если детям нравится, мы советуем им идти заниматься самбо на более продвинутом уровне».*





*Это вид спорта, который можно успешно применять в трудных ситуациях для самозащиты, а это значит, что его введение в школьную программу не только поможет физическому развитию и воспитанию детей, но и сделает их более защищенными.*



*На сегодняшний день школа САМБО «самозащита без оружия» является системой философии справедливости, сдержанной силы, разумной социальной стабильности, безопасности и жизнеспособности.*

*Она вобрала в себя достижения современной науки, передового педагогического опыта в развитии физической культуры, спорта и является эффективным средством решения Государственных задач.*



Программа предусматривает не только физическое развитие и совершенствование обучающихся, но и формирование таких качеств личности как: *активность, инициативность, конкурентоспособность, способность к рефлексии и самооценке, готовность обучаться в течение всей жизни, способность творчески мыслить и находить нестандартные решения, умение ставить и достигать цели, выбирать жизненные стратегии, умение делать выбор и осмысливать последствия выбора и результаты собственной деятельности, вести консенсусный диалог и работать в команде.*



## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ САМБО НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Подраздел «Самбо (введение)».*

- Специально-подготовительные упражнения Самбо. Приёмы самостраховки.
- Изучение приёмов в положении лёжа. Удержания, переворачивания.
- Броски. Выведение из равновесия и др.





## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ САМБО НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

*В раздел спортивно-оздоровительной деятельности входит модуль Самбо, включающий: Подраздел «Самбо».*

- Специально-подготовительные упражнения Самбо. Приёмы самостраховки.
- Специально-подготовительные упражнения для бросков
- Техническая подготовка. Ознакомление и разучивание бросков Самбо и др.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ САМБО НА УРОВНЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

*В раздел спортивно-оздоровительной деятельности входит модуль Самбо, включающий: Подраздел Самбо «Самозащита».*



- Ознакомление с приёмами самостраховки на твердом покрытии (деревянный или синтетический пол спортивного зала).
- Усложнение специально-подготовительных упражнений для техники. Использование упражнений в парах и тройках.
- Совершенствование приёмов Самбо в положении лёжа и бросков, изученных на предыдущих этапах подготовки
- Схватки по заданию в парах и группах занимающихся. Моделирование ситуаций самозащиты.



***Самбо позволяет сохранять здоровье детям, а также учит правильно защищать себя и своих близких, что очень важно в условиях сложного современного мира.***