**Диагностика освоения программы по дзюдо.**

Для проверки результатов освоения программы используются различные формы и методы контроля: сдача контрольно-переводных нормативов (по ОФП и СФП), тесты по психологической подготовке, сдача аттестационных экзаменов на присвоение КЮ, участие в соревнованиях.

Применяются следующие виды и формы контроля:

- ***текущий контроль*** (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения. Проводится на протяжении всего учебного года.

- ***промежуточная аттестация*** (оценка уровня развития физической подготовленности) проводится 3 раза в год (в начале (октябрь), середине (декабрь) и конце (май) текущего учебного года) в форме выполнения контрольных упражнений по общей физической и специальной подготовке.

- ***итоговая аттестация*** проводится в конце освоения всего программного материала, в форме выполнения контрольных упражнений по общей физической и специальной подготовке.

Результаты выполнения обучающимися контрольных упражнений заносятся в диагностические таблицы. На основании полученных данных педагог делает выводы о результативности реализации программы, вносит корректировки в программу обучения.

## **Оценочные, диагностические материалы, критерии оценивания**

**Диагностика предметных компетенций**

Зачетные требование для дзюдоистов 1 - 2- года обучения (10 –13 лет)

Критерии освоения технического и тактического действий

|  |  |
| --- | --- |
| **Уровень освоения. Оценка** | **Назвать и выполнить техническое (тактическое) действие в стандартных условиях** |
| Неудовлетворительно | Не выполнил; назвал и выполнил с грубыми ошибками |
| Хорошо | Назвал и выполнил с незначительными ошибками |
| Отлично | Назвал и выполнил без ошибок |

Зачетные требования для контроля развития физических качеств

дзюдоистов (10-12 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид двигательной деятельности** | **Развиваемое физическое качество** | **Упражнения** | **Возраст дзюдоистов** |
| **10 -11 лет** | **12 лет** |
| Легкая атлетика | Быстрота | Бег на 30 м (с) | 5,6 | 5,4 |
| Сила | Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 4 | 6 |
| Выносливость | Сгибание рук в упоре лежа (кол- во раз) | - | 20 |
| Быстрота | Сгибание туловища лежа на спине за 20 сек, ноги закреплены (кол-во раз) | - | 6 |

Зачетные требования для контроля развития физических качеств

дзюдоистов (13 лет)

| **Вид двигательной деятельности** | **Развиваемое физическое качество** | **Упражнения** | **13 лет** |
| --- | --- | --- | --- |
| **До 50 кг** | **До 60 кг** | **Св.60 кг** |
| Легкая атлетика | Быстрота | Бег 30 м (с) | 5,2 | 5,2 | 5,6 |
| Выносливость | Бег 400 м (мин, с) | 1,13 | 1,13 | 1,13 |
| Ловкость | Челночный бег 3х10 м (с) | 7,5 | 7,5 | 7,5 |
| Сила | Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 8 | 8 | 8 |
| Гимнастика | Выносливость | Сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз ) | 45 | 48 | 30 |
| Сгибание туловища, ноги закреплены (кол-во раз) | 18 | 20 | 14 |
| Сила | Поднимание ног до хвата руками из виса на гимнастической стенке (кол-во раз)  | 6 | 5 | 2 |
| Лазание по канату (4 м) | 9,3 | 9,9 | 12,2 |
| Быстрота | Сгибание туловища лежа на спине за 20 с, ноги закреплены (кол-во раз) | 12 | 12 | 10 |
| Подтягивание на перекладине за 20 с (кол-во раз) | 6 | 6 | 4 |
| Сгибание рук в упоре лежа за 20 с (кол-во раз) | 16 | 12 | 12 |
| Ловкость | 10 кувырков вперед (с) | 18 | 18 | 19 |
| Спортивная борьба | Сила | Приседание с партнером на плечах, равным по весу (кол-во раз) | 6 | 8 | 4 |
| Подъем партнера захватом туловища сзади, стоя на параллельных скамейках (кол-во раз) | 3 | 7 | 2 |
| Вставание на мост из стойки (5 раз) | 14 | 16 | 18 |
| Гибкость | Перевороты на мосту 10 раз (с) | 18 | 20 | 22 |
| Быстрота | 10 бросков манекена через бедро (с)  | 28 | 30 | 36 |

Зачетные требования для контроля развития физических качеств

дзюдоистов (14 лет)

| **Вид двигательной деятельности** | **Развиваемое физическое качество** | **Упражнения** | **14 лет** |
| --- | --- | --- | --- |
| **До 50 кг** | **До 66 кг** | **Св.66 кг** |
| Легкая атлетика | Быстрота | Бег 30 м (с)Бег 60 м (с)Прыжок в длину с места (см) | 5,19,1180 | 5,29,2190 | 5,49,4195 |
| Ловкость | Челночный бег 3х10 мС ходу (с) | 7,2 | 7,3 | 7,6 |
| Выносливость | Бег 400 м (мин, с) | 1,11 | 1,10 | 1,13 |
| Гимнастика | Сила | Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 8 | 7 | 6 |
| Лазанье по канату 4 мБез помощи ног (с) | 9,4 | 9,8 | 10,0 |
| Поднимание ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (кол-во раз) | 7 | 6 | 4 |
| Выносливость | Сгибание рук в упоре лежа (кол- во раз) | 52 | 50 | 30 |
| Быстрота | Подтягивание на перекладине за 20 с (кол-во раз) | 7 | 6 | 4 |
| Сгибание рук в упоре лежа за 20 с (кол-во раз) | 20 | 16 | 14 |
| Сгибание туловища лежа на спине за 20 с (кол-во раз) | 14 | 12 | 8 |
| Ловкость | 10 кувырков вперед (с) | 18,0 | 19,0 | 20,0 |
| Спортивная борьба | Гибкость | Забегания на мосту влево 5 раз, вправо 5 раз (с ) | 18,0 | 19,0 | 20,0 |
| Перевороты на мосту 10 раз (с) | 32 | 34 | 36 |
| Быстрота | 10 бросков манекена через спину (с) | 26 | 28 | 30 |
| Другие виды | Быстрота | Бросок набивного мяча (3 кг)Из- за головы вперед (м) | 5,5 | 6,6 | 7,0 |
| Бросок набивного мяча (3 кг) назад | 6 | 7 | 8 |

Зачетные требования для контроля развития физических качеств

дзюдоистов (15 лет)

По соревновательной подготовке выполнить 2-й юношеский разряд

| **Вид двигательной деятельности** | **Развиваемое физическое качество** | **Упражнения** | **15лет** |
| --- | --- | --- | --- |
| **До****50 кг** | **До****66 кг** | **Св.****66 кг** |
| Легкая атлетика | Быстрота | Бег 30 м (с)Бег 60 м (с)Прыжок в длину с места (см) | 4,88,8190 | 5,09,0200 | 5,49,2205 |
| Ловкость | Челночный бег 3х10 мС ходу (с) | 7,0 | 7,1 | 7,4 |
| Выносливость | Бег 800 м (мин, с) | 2,40 | 2,50 | 3,00 |
| Бег 400 м (мин, с) | 1,08 | 1,09 | 1,14 |
| Гимнастика | Силовая выносливость | Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 12 | 10 | 8 |
| Лазанье по канату 5 мС помощью ног (с) | 14 | 12 | 15 |
| Сгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз) | 30 | 32 | 28 |
| Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 12 | 10 | 8 |
| Лазанье по канату 5 мС помощью ног (с) | 14 | 12 | 15 |
| Сгибание рук в упоре на брусьях (кол-во раз) | 30 | 32 | 28 |
| Лазанье по канату 4 мБез помощи ног (с) | 9,4 | 9,8 | 10,0 |
| Поднятие ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (кол-во раз) | 8 | 7 | 5 |
| Выносливость | Сгибание рук в упоре лежа (кол-во раз) | 60 | 56 | 40 |
| Быстрота | Подтягивание на перекладине за 20 с (кол-во раз) | 7 | 6 | 4 |
| Сгибание рук в упоре лежа за 20с (кол-во раз) | 21 | 20 | 16 |
| Сгибание туловища лежа на спине за 20 с (кол-во раз) | 21 | 20 | 16 |
| Спортивная борьба | Силовая выносливость | Приседание с партнером на плечах (кол-во раз) | 8 | 10 | 6 |
| Подъем партнера захватом туловища сзади (партнер на четвереньках) (кол-во раз) | 10 | 14 | 8 |
| Тяжелая атлетика | Сила | Толчок штанги двумя руками:Свой вес +5 кг – отличноСвой вес - хорошоСвой вес – 5 кг- удовлетворительно |
| Другие виды | Быстрота | Бросок набивного мяча назад | 8 | 9 | 9 |
| Бросок набивного мяча (3 кг) из-за головы вперед (м) | 5,5 | 7,0 | 7,5 |
| Дзюдо | Быстрота | 10 бросков партнера на время | Индивидуальные нормативы |
| Перемещение приставными шагами через метровую зону (раз) | 34 | 30 | 26 |

Зачетные требования для контроля развития физических качеств

дзюдоистов (16 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид двигательной деятельности** | **Развиваемое физическое качество** | **Упражнения** | **16 лет** |
| **До 52 кг** | **До 74 кг** | **Св.74 кг** |
| Легкая атлетика | Быстрота | Бег 30 м (с) | 4,7 | 4,8 | 5,2 |
| Бег 60 м (с) | 8,7 | 8,8 | 9,0 |
| Бег 100 м (с) | 13,1 | 13,2 | 13,8 |
| Выносливость | Бег 400 м (с) | 1,06 | 1,04 | 1,10 |
| Бег 800 м (с) | 2,30 | 2,34 | 2,38 |
| Гимнастика | Силовая выносливость | Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 18 | 16 | 12 |
| Сгибание рук в упоре на брусьях (раз) | 40 | 44 | 38 |
| Поднимание ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (кол-во раз) | 12 | 10 | 8 |
| Лазанье по канату (5 м) с помощью ног (с) | 9,8 | 10,0 | 11,0 |
| Лазанье по канату (4 м) без помощи ног (с) | 8,0 | 8,2 | 10,0 |
| Гимнастика | Быстрота | Подтягивание на перекладине за 20 с (кол- во раз) | 14 | 15 | 10 |
| Сгибание рук в упоре лежа за 20 с (раз) | 26 | 24 | 22 |
| Спортивная борьбы | Силовая выносливость | Приседание с партнером на плечах (вес партнера одинаковый с дзюдоистом) (кол-во раз) | 14 | 16 | 10 |
| Подъем партнера одинакового веса до груди захватом туловища сзади партнер на четвереньках (кол-во раз) | 14 | 16 | 12 |
| Тяжелая атлетика | Сила  | Толчок штанги двумя руками  | Свой вес + кг – отлично, свой вес – хорошо, свой вес – 5 кг – удовлит. |
| Дзюдо |  | Перемещение через метровую зону за 30 с (кол-во раз) | 38 | 36 | 32 |
| Дзюдо |  | 10 бросков партнеров через спину на время | Индивидуальный норматив |

Зачетные требования для контроля развития физических качеств

дзюдоистов (17 – 18 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Вид двигательной деятельности** | **Развиваемое физическое качество** | **Упражнения** | **Возраст** |
| **17 лет** | **18 лет** |
| До 55 кг | До 73 кг | Св. 73 кг | До 55 кг | До 73 кг | Св. 73 кг |
| Легкая атлетика | Быстрота | Бег 30 м (с) | 4,7 | 4,8 | 5,2 | 4,6 | 4,7 | 5,1 |
| Бег 60 м (с) | 8,7 | 8,8 | 9,0 | 8,6 | 8,7 | 8,9 |
| Бег 100 м (с) | 13,1 | 13,2 | 13,8 | 13,0 | 13,1 | 13,6 |
| Выносливость | Бег 400 м (с) | 1,06 | 1,04 | 1,10 | 1,04 | 1,03 | 1,10 |
| Бег 800 м (с) | 2,30 | 2,34 | 2,38 | 2,31 | 2,32 | 2,34 |
| Гимнастика | Силовая выносливость | Подтягивание на перекладине (кол-во раз) | 18 | 16 | 12 | 20 | 22 | 16 |
| Сгибание рук в упоре на брусьях (раз) | 40 | 44 | 38 | 42 | 46 | 40 |
| Поднимание ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (кол- во раз) | 12 | 10 | 8 | 14 | 12 | 10 |
| Лазанье по канату (5 м) с помощью ног (с) | 9,8 | 10,0 | 11,0 | 9,6 | 9,8 | 11,0 |
| Лазанье по канату (4 м) без помощи ног (с) | 8,0 | 8,2 | 10,0 | 7,8 | 8,0 | 10,0 |
| Гимнастика | Быстрота | Подтягивание на перекладине за 20 с (кол- во раз) | 14 | 15 | 10 | 15 | 16 | 12 |
| Сгибание рук в упоре лежа за 20 с (раз) | 26 | 24 | 22 | 28 | 30 | 26 |
| Спортивная борьба | Силовая выносливость | Приседания с партнером на плечах (вес партнера одинаковый с дзюдоистом) (кол-во раз)  | 14 | 16 | 10 | 16 | 18 | 12 |
| Спортивная борьба | Силовая выносливость | Подъем партнера одинакового веса до груди захватом туловища сзади - партнер на четвереньках (кол-во раз) | 14 | 16 | 12 | 15 | 16 | 13 |
| Тяжелая атлетика | Сила | Толчок штанги двумя руками | Свой вес + 5 кг – отличноСвой вес – хорошоСвой вес – 5 кг-удовлетворительно |
| Дзюдо | Быстрота | Перемещение через метровую зону за 30\* (кол-во раз) | 38 | 36 | 32 | 40 | 38 | 34 |
| 10 бросков партнеров через спину на время | Индивидуальный норматив, согласно физиологическим особенностям |

**Диагностика личностных компетенций**

***Интерес ребёнка к занятиям в объединении***

***В (высокий)***– ребёнок с удовольствием посещает занятия в объединении, активен на занятиях, пропускает занятия только по уважительным причинам, ответственно относится к любым поручениям педагога.

***С (средний)*** – ребёнок регулярно посещает занятия в объединении, но на занятиях проявляет среднюю активность, не проявляет интереса к воспитательной работе в объединении.

***Н (низкий)***- ребёнок посещает занятия без интереса (возможно, по настоятельной просьбе родителей), довольно часто пропускает занятия без уважительной причины, не выполняет поручений педагога.

***Интерес родителей к занятиям ребёнка в объединении***

***В (высокий)***– существует устойчивый контакт с родителями (родители часто посещают занятия, интересуются успехами ребёнка, стараются оказать помощь ребёнку, существует телефонный контакт педагога и родителей, родители являются постоянными участниками внеучебной деятельности в объединении);

***С (средний)***– существует достаточный контакт с родителями (родители проявляют невысокий уровень собственного интереса к занятиям ребёнка, но хорошо идут на контакт по просьбе педагога, могут оказать посильную помощь занятиям ребёнка, педагогу, достаточно редко посещают занятия);

***Н (низкий)***– контакт с родителями совершенно отсутствует, за исключением начального этапа – записи ребёнка в объединение. Как правило, родители плохо идут на контакт, не отвечают на телефонные звонки.

***Уровень коммуникативной культуры ребёнка***

***В (высокий)***– ребёнок легко идет на контакт с педагогом и сверстниками, адекватно реагирует на конструктивную критику педагога и сверстников, с удовольствием принимает участие во внеучебной деятельности, общение педагога с ребёнком зачастую выходит за рамки учебных занятий, ребенок открыт, спокоен перед педагогом.

***С (средний)*** – ребёнок идет на контакт с педагогом, но не со всеми сверстниками общается свободно, терпит критику педагога, но не всегда – критику сверстников, с удовольствием принимает участие во внеучебной деятельности, общение с педагогом, как правило, не выходит за рамки учебной деятельности

***Н (низкий)*** – ребенок сложно идет на контакт с другими членами объединения, большую часть времени на занятии молчит, проявляет низкую активность, болезненно реагирует на конструктивную критику педагога и сверстников, избегает внеучебного общения с другими ребятами, общение с педагогом ограничено.

**Диагностическая карта 2021 – 2022 учебный год**

**Название объединения «Дзюдо»**

**Группа №1, 7 года обучения**

**Образовательная программа «Успех»**

**ФИО педагога Ахременко Иван Владимирович**

**Диагностические методы, используемые педагогом: педагогическое наблюдение**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИ ребёнка** | **Предметные компетенции** | **Личностные компетенции** |
|  |  |  |  |  |  |  | **Мотивация ребёнка к занятиям в объединении** | **Мотивация родителей к занятиям ребёнка в объединении** | **Уровень коммуникативной культуры ребёнка** |
| **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** |
|  | **Анкудинов Андрей** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Бороздин Александр** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кривошеев Дмитрий** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Михайлов Илья** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Олейников Андрей** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Педченко Артём** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Хморенко Кирилл** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Шиняев Артур** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Контрольные нормативы по борьбе дзюдо**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИ ребенка** | **Бросок через голову упорой стопы в живот за 20 сек.** | **Бросок мельница за 20 сек.** | **Бросок боковой переворот** | **Уровень** |
| **I полуг.** | **II полуг.** | **I полуг.** | **II полуг.** | **I полуг.** | **II полуг.** | **I полуг.** | **II полуг.** |
|  | **Анкудинов Андрей** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Бороздин Александр** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Кривошеев Дмитрий** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Михайлов Илья** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Олейников Андрей** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Педченко Артём** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Хморенко Кирилл** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Шиняев Артур** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Диагностическая карта 2021 – 2022 учебный год**

**Название объединения «Дзюдо»**

**Группа №2, 7 года обучения**

**Образовательная программа «Успех»**

**ФИО педагога Ахременко Иван Владимирович**

**Диагностические методы, используемые педагогом: педагогическое наблюдение**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИ ребёнка** | **Предметные компетенции** | **Личностные компетенции** |
|  |  |  |  |  |  |  | **Мотивация ребёнка к занятиям в объединении** | **Мотивация родителей к занятиям ребёнка в объединении** | **Уровень коммуникативной культуры ребёнка** |
| **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** | **начало года** | **середина года** | **конец года** |
|  | **Апсуваев Тимур** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Бардадынов Назар** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Будниченко Павел** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Клинкович Вадим** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Марченко Станислав** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неволя Глеб** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Паладыч Илья** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Райков Вадим** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Шляпин Павел** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Контрольные нормативы по борьбе дзюдо**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **ФИ ребенка** | **Бросок через голову упорой стопы в живот за 20 сек.** | **Бросок мельница за 20 сек.** | **Бросок боковой переворот** | **Уровень** |
| **I полуг.** | **II полуг.** | **I полуг.** | **II полуг.** | **I полуг.** | **II полуг.** | **I полуг.** | **II полуг.** |
|  | **Апсуваев Тимур** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Бардадынов Назар** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Будниченко Павел** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Клинкович Вадим** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Марченко Станислав** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Неволя Глеб** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Паладыч Илья** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Райков Вадим** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Шляпин Павел** |  |  |  |  |  |  |  |  |