**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**

**« Детско-юношеская спортивная школа»**

**Чаплыгинского муниципального района**

**Тема: «Использование современных образовательных технологий**

**и методов в учебно-тренировочном процессе**

**на занятиях по рукопашному бою»**

Тренер-преподаватель

по рукопашному бою

Кузнецов П.Н.

г.Чаплыгин

Развитие современного учебно-тренировочного процесса может осуществляться посредством инноваций.

Под инновационной деятельностью понимается деятельность по разработке, поиску, освоению и использованию новшеств, осуществлению нововведений.

Из всего многообразия инновационных направлений в развитии современной дидактики мне хотелось бы остановиться на педагогических технологиях.

Для умелого и осознанного выбора из имеющегося банка педагогических технологий именно тех, которые адекватны основным направлениям педагогической стратегии, а также самостоятельной разработке и конструированию новых технологий обучения необходимо понимать сущностные характеристики современной трактовки понятия «педагогическая технология».

Педагогическая технология – это область знаний, включающая методы, средства, теорию использования для достижения целей обучения (Т.С. Назарова).

Слово «технология» (от греч. Techne – искусство, мастерство и logos – понятие, учение) означает:

а) совокупность методов обработки, изготовления, изменения состояния, свойств, форм сырья, материала или полуфабриката в процессе производства, например, технология металлов, химическая технология, технология строительных работ;

б) наука о способах воздействия на сырье, материалы или полуфабрикаты соответствующими орудиями производства.

В толковом словаре русского языка С.И. Ожегова приводится следующее определение: «технология – совокупность производственных процессов определенной отрасли производства, а так же научное описание способов производства».

Новые тренировочные технологии в спорте – это система конкретных теоретических разработок и практических действий, организующая процесс подготовки спортсменов строго определенным образом в соответствии с новыми научными знаниями об устройстве человека.

Рассмотрение организма и психики человека как внутренне единого неразрывного целого – это та современная парадигма, на основе которой разработаны новые тренировочные технологии.

Личный интерес обучающегося – это решающий фактор процесса образования. Одной из главных задач считаю, является повышение педагогического мастерства тренера путём освоения современных образовательных технологий.

На своих занятиях по рукопашному бою применяю следующие современные образовательные технологии:

1. Здоровьесберегающая технология. Использование данной технологии позволяет обеспечить сохранность здоровья воспитанников при проведении учебно-тренировочных занятий и в соревновательной деятельности.

При планировании и проведении учебно-тренировочных занятий учитываю возрастные особенности воспитанников; с учетом особенностей каждого этапа подготовки формирую благоприятный психологический фон на занятиях; распределяю физическую нагрузку с учетом физических возможностей воспитанников.

Здоровьесберегающая технология способствует снижению вероятности травм на учебно-тренировочных занятиях и во время соревновательной деятельности, способствует снижению усталости после значительной физической нагрузки, укреплению здоровья воспитанников и формированию стойкого интереса к систематическим занятиям спортом.

2. Личностно-ориентированное обучение. Это целенаправленное формирование личности воспитанника посредством его физического развития с учетом его способностей. Применение данной технологии мне как тренеру дает возможность работы с каждым воспитанником индивидуально, при этом индивидуальная работа ведется в рамках работы со всей учебной группой. Благодаря данной технологии, я имею возможность систематизировать и учитывать индивидуальные особенности каждого воспитанника при планировании и проведении учебно-тренировочного процесса.

3. Проблемное обучение. Позволяет решать проблемы и преодолевать препятствия, как в учебно-тренировочном процессе, так и в соревновательной деятельности. Технология проблемного обучения дает возможность мне как, тренеру-преподавателю определить уровень сопротивляемости воспитанников к условиям, которые могут возникнуть при участии в соревнованиях. При планировании и проведении учебно-тренировочных занятий с учетом результатов применения технологии проблемного обучения я имею возможность проводить психологическую работу с воспитанниками, направленную на преодоление сложных ситуаций.

3. Игровые технологии. Использую для развития познавательной активности воспитанников; повышения интереса к тренировкам, создания командного духа в спортивном коллективе; повышение эмоциональности учебно-тренировочного процесса. Игровая образовательная технология способствует расширению кругозора, формированию определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности, развитию физических качеств, чувства коллективизма, улучшению спортивных показателей.

Формы внедрения новых образовательных технологий в деятельности ДЮСШ следующие:

- проведение массовых соревнований для юных спортсменов ДЮСШ, особенно по общей физической подготовке;

- организация и проведение всевозможных конкурсов, стимулирующих деятельность тренеров и воспитанников;

- организация и проведение совместной спортивной деятельности молодых специалистов и «наставников»;

- профориентация обучающихся старшего возраста в стенах ДЮСШ (прохождение практики);

- презентации, показательные выступления, спортивные фестивали и праздники;

- «открытые» занятия и «мастер-классы»;

- организация спортивно-оздоровительных групп (сог) по видам спота для детей, имеющих слабое физическое развитие, желающих заниматься физкультурой и спортом.

Условия для внедрения в учебно-тренировочный процесс новых образовательных технологий:

- педагогическая компетентность тренера-преподавателя;

- наличие материально-технической базы;

- создание родительских и попечительских советов;

- контакты с родителями по вопросу воспитания ребенка;

- устранение вредных привычек и антисоциальных поступков обучающихся;

- воспитание спортсменов (чувство патриотизма, [коллективизма](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fpandia.ru%2Ftext%2Fcategory%2Fkoll%2F), ответственности, эмоциональное развитие);

- внедрение в учебный процесс элементарных знаний по анатомии, гигиене, здоровому образу жизни;

- повышение ресурса двигательной активности занимающихся.

На мой взгляд, залогом успеха в воспитании и образовании здорового подрастающего поколения является успешное применение педагогических технологий, но и тесное взаимодействие тренера-преподавателя и ученика в контакте с родителями и школой. При этом большое значение имеет само образовательное учреждение (ДЮСШ) с его традициями, уровнем организации тренировочного процесса и досуга, а также педагогическим коллективом, который постоянно повышает свое образование и находится в поиске [инновационных технологий](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fpandia.ru%2Ftext%2Fcategory%2Finnovatcionnie_tehnologii%2F) в спорте.

Без помощи родителей воспитать современного перспективного спортсмена будет сложно. Современный спорт требует, как много денежных вложений в спортсмена, так и моральной, духовной, физической и психологической помощи и поддержки.

Поэтому считаю работу с родителями спортсменов на любом из этапов подготовки одной из самых важных, так как только родители отлично знают своего ребенка с самого рождения и несут всю ответственность за него до совершеннолетия.

В своей работе на занятиях по рукопашному бою внедряю методику по совместному с родителями воспитанию и развитию юных спортсменов – рукопашников. Считаю данную методику актуальной в современном мире, так как в большей степени всегда рассматриваются технологии и методы обучения и воспитания конкретно спортсмена, а роль родителей забывается. Тренируя детскую аудиторию, тренер всегда параллельно ведет и работу с родителями детей, обучая порой элементарным требованиям (например: гигиена) и очень серьезным моментам (например: питание, мотивация и т.д.).

По каждому спортсмену ведутся отдельные беседы лично с каждым родителем, а в особенности с отцами, так как рукопашным боем чаще всего занимаются мальчики, а в воспитании настоящего мужчины и патриота своей страны, должна отводиться главная роль отцу, как пример для подражания в семье для ребенка.

На первом этапе мною производится опрос родителя в форме индивидуальной беседы на такие темы как: «Мотивация детей в спортивной деятельности»; «Цели и задачи, поставленные родителем перед ребенком»; «Получение желаемого результата в ходе подготовки юного спортсмена, занимающегося рукопашным боем»; «Воспитание морально психологических и волевых качеств ребенка» или анкетирования на такие вопросы как, например: «С какой целью вы привели ребенка в спорт?»; «Как питается ребенок?»; «Какая продолжительность сна и в какое время ложится спать?» и другие.

На основании полученной информации от родителя, мной даются рекомендации по правильному воспитанию и физическому развитию ребенка в виде словесных объяснений конкретно родителю и ребенку, так и в виде теоретических брошюр – методичек для домашней работы родителям с детьми. Это могут быть рекомендации по диетологии и правильному питанию спортсмена – рукопашника и подготовка к соревнованиям; режим дня; мотивация и другие домашние задания по развитию ребенка спортсмена.

Следовательно, чтобы приступать к непосредственной работе с ребенком, необходимо провести беседу с родителями.

В ходе дальнейшей тренерской работы по совершенствованию физических качеств и спортивных навыков спортсмена ведутся индивидуальные беседы, как с ребенком, так и с родителями. Беседы с родителями проходят регулярно по телефону, дистанционно в социальных сетях и очно до или после тренировок. Родителям даются дальнейшие рекомендации и советы по конкретному ребёнку, оговаривается, что получается, а что-то пока нет, с чем ребёнок может поработать дома, чем родители могут помочь ребёнку дома, чтоб в данном виде спорта появился успех.

Заинтересованные и понимающие родители всегда готовы помочь своему ребёнку, например: уделив ему немного времени дома и сделав вместе с ребёнком зарядку, с демонстрацией упражнений самим ребёнком, что ещё больше мотивирует детей на занятия спортом.

Большую роль в мотивации к занятиям спортом и ведения ЗОЖ играет личный пример родителей, это например: совместное занятие папы с сыном в подтягивании на турнике, отжимания и т.д., работа на боксёрском мешке, а так же пример в правильном питании всей семьи. Всё это тренером объясняется родителям и детям, как лично, так и на родительских собраниях.

В моей тренерской практике, есть пример семьи, где отец (сам занимаясь спортом) двух мальчиков спортсменов может с моего разрешения совместно со своими детьми стать в тренировочный спарринг, а так же позаниматься в тренажёрном зале, тем самым показывая им личный пример и ещё больше мотивируя их на занятия спортом. В таких семьях, где родители занимаются воспитанием своих детей, постоянно поддерживают общение с тренером юных спортсменов, а так же подают личный хороший пример (особенно папа для сына), как правило, такие спортсмены достигают высоких результатов. Так как всегда идёт поддержка со стороны родителей спортсменов, как в обычный тренировочный период, так и в соревновательный.

Тренер помогает психологически подготовиться и настроиться на соревнования, как во время тренировки, так и дистанционно в социальных сетях мотивируя ребят. Тренер, обучив данному настрою родителей, способствует тому, что они в свою очередь дома помогают психологически настроиться на поединки, ведь поддержка семьи в ответственные моменты для ребёнка очень важна.

Так же необходимо тренеру заранее обучить как ребёнка, так и родителей, как необходимо себя вести на соревнованиях, что должны говорить родители ребёнка. От них всегда должна идти поддержка даже если ребёнок проиграл, это помогает легче перенести и пережить все эмоции юного бойца.

В неполных семьях, где воспитывает ребёнка только мама, дети очень эмоционально относятся к результатам соревнований и к самому тренировочному процессу. Одной маме тяжело воспитывать мальчика-спортсмена.

Так же заметно отставание в физическом и психическом развитии детей в семьях, в которых папы равнодушно относятся или в силу своей занятости на работе не успевают заниматься воспитанием мальчиков – спортсменов. Таким детям сложнее добиться определённых результатов, так как со стороны родителей дети редко слышат, или вовсе не слышат слова поддержки. Либо есть такие семьи, где родители не мотивируют, а просто ругают или обзывают своих детей, за то, что у них, что-то не получилось.

Соответственно, ребёнок начинает бояться выступать на соревнованиях, снижается или вовсе пропадает желание заниматься, из-за того что родители сами не подозревая этого угнетают его психологически, с чем ребёнку очень сложно справиться. Поэтому, я считаю, просто необходимостью, как можно чаще беседовать с такими родителями тренеру и учить их основным психологическим моментам, на которые им необходимо обратить особое внимание в воспитании ребёнка-спортсмена.

Приведу пример из статьи Власовой С.С.: «Однажды ученые провели эксперимент: группу обезьян лишили матерей, заменив их искусственной мамой. Это была обезьяна — кукла, покрытая шерстью, теплая и даже с молоком для детенышей. Но она не могла их ласкать, трепать, вылизывать — словом, не было эмоционального контакта. И что же? Эти обезьяны выросли злыми, агрессивными, с более низким уровнем развития, чем обычные; они не могли ладить с другими обезьянами и оказались не в состоянии дать потомство. То же самое ожидает и детей, выросших без родительской любви и заботы: они не могут наладить семейную жизнь, потому что не знают, как надо любить другого человека, ибо способность любить — это не дар природы, а результат воспитания». Это же всё можно отнести и к спортивной деятельности ребёнка, если нет поддержки и заинтересованности со стороны семьи ребёнка в занятиях спортом, нет и перспектив, нет заметного роста ребёнка в спорте. Одному тренеру повлиять на результаты спортсмена в такой семье будет сложно.

В своей работе я так же использую метод предсоревновательного анкетирования спортсменов, где провожу анализ каждого бойца. В результатах, которых вижу готов ли боец физически и психологически. Провожу личную беседу с каждым из воспитанников, при необходимости с родителем бойца. Так как из ответов видно поддерживают ли его близкие люди или нет, в ходе беседы с родителями обращаю их внимание на те, ответы из тестов детей, где необходима поддержка родителей в важный и ответственный период спортсмена. После чего вижу заметно, положительные результаты в работе с детьми на занятиях рукопашным боем и в ходе соревнований.

Не редкими явлениями бывают случаи, когда родители приводят в младшие группы детей с ослабленным здоровьем и часто болеющих. Приходят дети не только с частыми ОРЗ, ОРВИ, но и встречаются такие нарушения, как: плоскостопие, нарушение зрения, осанки и даже с ДЦП, гиперактивность, гипоактивность, нарушение ЖКТ, вследствие чего может быть избыточная масса тела, нарушение речевого дыхания; дети с аффективным поведением и др.

По предоставлении справки о состоянии здоровья ребенка, с указанием группы здоровья, мы можем включать детей с инвалидностью и с ОВЗ в интегрированные группы к обычным детям для занятия спортом по разработанной адаптированной программе, а так же при наличии у тренера-преподавателя специального образования по адаптивной физической культуре или инструктажа по работе с данными лицами.

Чтобы решить данную проблему, укрепить здоровье, иммунитет ребенка и ряд других задач на занятиях рукопашным боем на начальных этапах тренировок, я нашла выход из данной ситуации, так как мое образование позволяет работать как со здоровыми детьми, так и с детьми имеющими ослабленное здоровье или имеющие ограничения по состоянию здоровья, я объединяю элементы лечебной физкультуры, адаптивной физкультуры с занятиями рукопашным боем. Тем самым делая свой избранный вид спорта не только доступным здоровым детям, но и имеющим определенные ограничения в здоровье. Давно известно, что любые единоборства, включая и рукопашный бой, являются укрепляющими видами спорта для духа, силы воли и всего организма в целом, а сочетая в них элементы восточной медицины, ЛФК, различных дыхательных гимнастик, йоги, данные направления спорта становятся бесценными для человечества в целом, которые передаются из поколения в поколение.

Дополнительные адаптированные программы в спорте дают колоссальную возможность заниматься по ним детям инвалидам и лицам с ОВЗ, помогая делать им первые шаги на пути к здоровью и интеграции в обществе.

Таким образом, проанализировав свою работу по взаимодействию «тренер – ребёнок – родитель», хочется отметить, следующее, что внедрив в свои занятия по рукопашному бою методику по совместному с родителями воспитанию и развитию юных спортсменов-рукопашников, заметно улучшились результаты учеников, дети стали более заинтересованными в участии в соревнованиях, так как идёт совместная поддержка детей, как со стороны тренера, так и со стороны родителей.

Данную методику считаю перспективной и современной, так как современные дети и родители нуждаются в индивидуальном подходе. Грамотно подходя в своей работе к каждому воспитаннику и к его родителям, можно достичь высоких результатов, что будет являться дальнейшей мотивацией и стимулом в своей работе как тренера, так и воспитанников.