

Моя работа-
мой образ
жизни!



Самбо – боевой вид спорта, а также система защиты без оружия.
Многие считают, что самбо впитало и продолжает впитывать в себя
защиты и нападения, которые тщательно изучены в различных видах
приемами борцовских стилей и приемами восточных народов, передавших самбо часть
своей культуры.



Самбо – не просто спорт, но также и комплексная система воспитания.
Самбистов учат быть честными, уважать соперника, не сдаваться, поддерживать людей в трудных
ситуациях. Самбо формирует характер, воспитывает силу воли и внутреннее достоинство. Самбо
повышает интеллект и внимательность

Поэтому обучение самбо проводится тренером на:



тренировках, соревнованиях и показательных выступлениях в форме единого воспитательного процесса, в котором общее физическое развитие, техническая и тактическая подготовка по самбо неразрывно связаны с воспитанием моральных и волевых качеств.

Основной формой проведения занятий по самбо является тренировка. В своих уроках, тренировках я использую принципы доступности, наглядности, постепенности и мотивирования.

Мои тренировки состоят из четырех частей:



1. Вводной



2. Подготовительной



3. Основной

3. Основной



4. Заключительной



Мой принцип как тренера- привить интерес ребенка к спорту, замотивировать его на продолжение занятий, итогом которых станет возможность получения высшей награды на выездных соревнованиях.



В своей тренерской практике я использую принцип «непосредственного контакта» с спортсменами, а также принцип «личного примера» – рассказа о моих личных достижениях как спортсмена:



Выполнение разряда МС

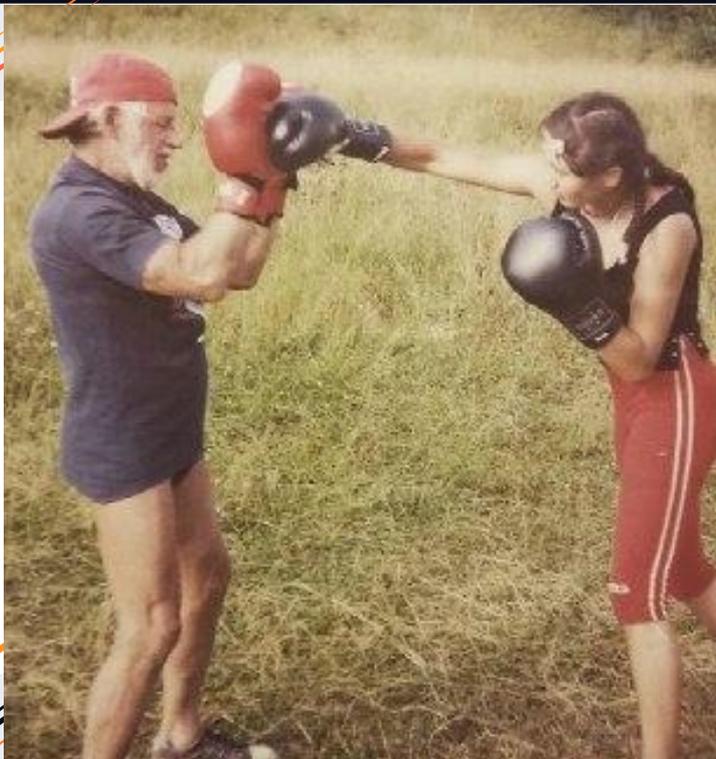


Участие в Чемпионате Тульской области среди женщин



Участие в Чемпионате Тульской области среди женщин

А обязательным моментом в этом, является рассказ о моем тренере, па которого я посвящаю... соревнования своих воспитанников с приглаше... борцами
Говоря словами Белогузова Валерия Ивановича: «ОН-мое все»





создание «ситуации успеха» – дети учатся у детей (например: даю в тренировке провести разминку на следу

способность отличившимся на прошлой тренировке)



Мой тренер научил меня быть не только тренером, но и другом, и старшим товарищем для моих воспитанников. Благодаря этому наше взаимодействие с детьми строится не только на занятиях спортом, но и на совместном досуге, тем самым мотивируя детей на достижение результата.



