

Аннотация к рабочим программам

1. Паспорт рабочих программ по видам спорта.

В ГБОУ ДО ВО «Специализированная детско-юношеская спортивная школа сурдлимпийского и паралимпийского резерва» по программе дополнительной предпрофессиональной подготовке «СПОРТ ЛИЦ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА» реализуются следующие рабочие программы по дисциплинам:

- легкая атлетика
 - плавание

Дополнительная предпрофессиональная программа по «Спорту лиц с поражением опорно-двигательного аппарата» составлена в соответствии с Федеральным законом РФ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основе Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам (утвержденных приказом Министерства спорта РФ от 12 сентября № 730), «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» (утвержденных приказом Минспорта РФ от 27 декабря 2013 г. № 1125), «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта» (утвержденного приказом Министерства спорта РФ от 13 сентября 2013 г. № 731), с учетом приказа Минспорта России от 27.01.2014 № 32 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА» (зарегистрировано в Минюсте России 17.04.2014 № 32011), возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

Программы разработаны тренерами-преподавателями ГБОУ ДО ВО «СДЮСШСиПР».

2. Отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса.

В программах учитываются следующие принципы:

Принцип комплексности - предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля);

Принцип преемственности - определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям спортивного мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и технико-тактической подготовленности.

Принцип вариативности - предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующиеся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Одним из главных направлений совершенствования многолетней подготовки по видам спорта является изменение программно-нормативных требований к уровню подготовленности спортсменов на различных этапах многолетней подготовки, изменение требований к уровню физической и технической подготовленности учащихся по годам обучения и необходимое для этого снижение количества занимающихся в группах и увеличение времени тренировочных часов.

Программы являются документами, которые определяют с одной стороны стратегию массового спорта, т.е. подготовку физически развитых, здоровых людей, а с другой - выявляющим способных юных спортсменов для дальнейшего спортивного совершенствования. Разработка программ по видам спорта, на каждом этапе подготовки, опирается на основные теоретико-методические положения, определяющие непрерывную последовательность тренировочного процесса, логическую преемственность целей и задач спортивной подготовки, направленных не только на повышение спортивной работоспособности, но и возможное сохранение здоровья юных и квалифицированных спортсменов.

3. Структура системы многолетней подготовки.

В структуре современной системы подготовки спортсменов кроме физической, технической, тактической, психологической подготовки необходимы знания вопросов отбора и ориентации, моделирования и прогнозирования, управления и контроля; внетренировочных и высоревновательных факторов; травматизма, питания спортсменов, допинга в спорте.

Характерными чертами многолетней подготовки спортсменов на различных этапах являются:

- возраст и стаж занятий для достижения первых больших успехов (выполнение нормативов);
- краткая характеристика возрастных особенностей физического развития детей и подростков;
- основные методические положения многолетней подготовки;
- этапы спортивной подготовки и их взаимосвязь;
- преимущественная направленность тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки с учетом сенситивных периодов развития физических качеств у юных спортсменов;
- минимальный возраст начала занятий избранным видом спорта, количество занимающихся в группах, режим тренировочной работы, нормативные характеристики процесса подготовки.

В данной программе, многолетняя подготовка рассматривается как единый процесс, который осуществляется на основе следующих методических положений:

- 1). строгая преемственность задач, средств и методов тренировки детей, подростков, юниоров и взрослых спортсменов;
- 2). неуклонное возрастание объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется: из года в год увеличивается удельный вес объема СФП (по отношению к общему объему тренировочных нагрузок) и соответственно уменьшается удельный вес ОФП;
- 3). непрерывное совершенствование спортивной техники;
- 4). неуклонное соблюдение принципа постепенности применения тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе многолетней тренировки юных спортсменов;

5). правильное планирование тренировочных и соревновательных нагрузок, принимая во внимание периоды полового созревания;

6). осуществление как одновременного развития физических качеств спортсменов на всех этапах многолетней подготовки, так и преимущественного развития отдельных физических качеств в наиболее благоприятные возрастные периоды.

4. Периоды подготовки.

В группах начальной подготовки свыше года с ростом общего объема работы выделяются два периода: подготовительный и соревновательный. Базовый этап подготовительного периода характеризуется значительными объемами общей и специальной физической подготовки. Для специального этапа подготовительного периода характерно снижение объемов общей физической подготовки (без снижения объемов специальной) и увеличение объемов технической подготовки. Недельный режим работы предусматривает трехразовые тренировки с продолжительностью занятий по 2 и 3 академических часа. В переходный период (6 недель – июль, август) при работе в спортивно-оздоровительных лагерях значительно увеличиваются объемы ОФП и СФП. Основной задачей спортивно-оздоровительных лагерей является укрепление здоровья занимающихся и повышение уровня их физической подготовленности. Техническая подготовка в условиях спортивно-оздоровительного лагеря проводится в виде имитационных упражнений и упражнений специальной физической подготовки. ГБОУ ДО ВО «СДЮСШСиПР» вправе по своему усмотрению определять недельный режим работы. Он может быть двух видов: 2 раза в неделю по 2 часа (этап начальной подготовки) или 3 раза в неделю по 3 часа. Важным разделом подготовки спортсменов в учебно-тренировочных группах является соревновательная деятельность. Участвуя в соревнованиях различного ранга, спортсмены приобретают соревновательный опыт, учатся концентрировать внимание на выполнении разученных упражнений, управлять своими эмоциями, преодолевать волнение и напряжение, которыми сопровождается соревновательная деятельность. Рекомендуется на специальном этапе подготовительного периода проведение соревнований с целью проверки уровня специальной физической и технической подготовленности. Основные соревнования рекомендуется проводить в конце учебного года. Планирование работы с учебно-тренировочными группами свыше двух лет может иметь одноцикловую, двухцикловую и трехцикловую периодизацию. В данных группах учащиеся проходят углубленную специализированную подготовку. Недельный режим работы увеличивается до 18 часов (6 раз в неделю по 3 часа).

5. Организация и проведение текущего, промежуточного и итогового контроля (аттестации).

Промежуточный контроль основывается на индивидуальном подходе к каждому ребёнку. При контроле учитывается динамика развития ребёнка в период обучения по дополнительной предпрофессиональной программе в зависимости от того или иного вида аттестации. Аттестация обучающихся в учебных группах проводится два раза в год. Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется во всех группах по завершении весеннего подготовительного периода (май) и осеннего периода – контрольно-переводные нормативы (октябрь). Критерии текущей и промежуточной аттестации:

- спортивная подготовленность (присвоенный разряд);
- протоколы внутришкольных, городских, областных и всероссийских соревнований, а также матчевых встреч;
- итоговое занятие;
- тестирование.

Для проведения аттестации тренер-преподаватель по спорту лиц с поражением ОДА готовит: спортивный инвентарь, место проведения, лист участия детей в контрольных испытаниях. Система оценок устанавливается в соответствии с дополнительной

предпрофессиональной программой по виду спорта: по пятибалльной системе. Испытания, принимаемые у обучающихся тренером-преподавателем оформляются протоколами. Протокол после сдачи контрольно-переводных нормативов предоставляется на утверждение директору, и служат основанием для приказа о переводе обучающегося на следующий год (этап) обучения, снижении этапа подготовки. Уровень требований к оценке результатов промежуточной аттестации обучающихся определяется в учебной программе по виду спорта. Перевод обучающихся по годам обучения на всех этапах многолетней подготовки осуществляется при условии положительной динамики роста спортивных показателей и удовлетворительного освоения программы соответствующего года и этапа подготовки.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика обучающихся. В программе содержатся нормы и требования к результатам освоения учебной программы - это:

1. Овладение всеми знаниями и умениями в соответствии с программным материалом.
2. Успешную сдачу контрольных, переводных и промежуточных нормативов по ОФП.
3. Выполнение юношеских и взрослых спортивных разрядов, соответственно году обучения.
4. Достижение высокого уровня физической подготовки учащихся.
5. Формирование высокого уровня морально-волевых качеств и определенной системы ценностных ориентаций.
6. Готовность дальнейшего совершенствования спортивного мастерства в других учебных заведениях по данному виду спорта.

Контроль за освоением курса обучения по программе отслеживается следующим образом:

- оценкой критериев эффективности подготовки обучающихся по данной программе;
- нормативные требования по общей физической подготовке, технической и специальной подготовке.
- контрольное тестирование проводится два раза в год (октябрь, май)
- участие в соревнованиях, по результатам которых возможно присвоение соответствующего разряда в конце каждого учебного полугодия.

Итогом освоения учебного курса программы ожидаются следующие результаты:

- стабильность учащихся в группах;
- рост индивидуальных показателей физических качеств;
- укрепление здоровья;
- приобретение навыков ЗОЖ и формирование общей культуры;
- положительная динамика спортивно-технического мастерства;
- достижение высоких спортивных результатов;
- воспитание патриотизма, уважения к правам и свободам человека.

Основные задачи:

- привлечь максимально возможное количество детей различного возраста к систематическим занятиям;
- сформировать у учащихся основы здорового образа жизни, гигиенической культуры и препятствовать появлению вредных привычек;
- развивать физические качества учащихся, повысить функциональные возможности организма, укреплять здоровье и закаливать организм;
- приобретать необходимые теоретические знания в области физической культуры и избранного вида спорта, совершенствовать двигательные умения, навыки и спортивное мастерство;
- организовать занятость детей во внеурочное время, (профилактика пранонарушений и асоциального поведения).

Решая задачи необходимо ориентировать свою деятельность на формирование потребностей и мотивов к систематическим занятиям по спорту лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, воспитание моральных и волевых качеств, гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Воспитанников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья. Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки составляет:

- на этапе начальной подготовки до года – 6 часов в неделю;
- на этапе начальной подготовки свыше года – 9 часов в неделю;
- на учебно-тренировочном этапе 1 года подготовки – 12 часов в неделю;
- на учебно-тренировочном свыше 2-х лет – 18 часов в неделю;
- на этапе спортивного совершенствования до года – 24 часа в неделю;
- на этапе спортивного совершенствования свыше года – 28 часов в неделю.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются:

выполнение контрольных нормативов по общей и специальной подготовке,
владение теоретическими знаниями и навыками по организации и проведению занятий и соревнований.

в учебно-тренировочных группах и группах спортивного совершенствования – выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов Всероссийской единой спортивной классификации в соответствии с требованиями программы по годам обучения.

Продолжение занятий и перевод учащихся на следующий этап обучения в более старшую учебную группу осуществляется по решению педагогического совета и оформляется приказом директора ГБОУ ДО ВО «СДЮСШСиПР».



Прочито, пронумеровано и спрессовано печатью
Г.Н.Котарев

Директор ГБОУ ДО ВО «СДЮСШОР»

Р.Г. Финчикин

