

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №7»

Директор МАУДО «ДЮСШ №7»
Е.В. Богачев



Принято на
педагогическом совете
МАУДО «ДЮСШ №7»
Пр. № 74 от 06.03.2015

**Дополнительная общеобразовательная программа:
Дополнительная предпрофессиональная программа
по адаптивным видам спорта
(Спорт глухих. Легкая атлетика)**

Срок реализации: до 10 лет

Разработчик:

Зам. директора по УСР
МАУДО «ДЮСШ №7»
Поротова Н.Г.

Рецензенты:

К.п.н., доцент кафедры медико-биологических основ ФВ и спортивных дисциплин ГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет»
М.А.Родин

Доцент кафедры физической культуры, ЛФК и спортивной медицины ГБОУ ВПО «Кемеровская государственная медицинская академия, заслуженный работник физической культуры РФ
Н.И.Фетищев

г. Кемерово, 2015г.

Рецензия
на дополнительную общеобразовательную программу
«Дополнительная предпрофессиональная программа
по адаптивным видам спорта»

Разработчик программы:

Поротова Наталья Геннадьевна, заместитель директора по учебно-спортивной работе муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа № 7», г. Кемерово.

Учреждение, реализующее программу:

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа № 7», г. Кемерово.

Общая характеристика программы:

Направленность, в рамках которой реализуется образовательная программа: физическая культура и спорт (вид спорта – «Спорт глухих. Легкая атлетика.»).

Возраст воспитанников: минимальный возраст – 9 лет.

Срок реализации программы: до 10 лет.

Актуальность программы и ее новизна.

Определяется ее направленностью на решение коррекционно-компенсационных задач, создание условий для гармоничного психического и физического развития, укрепления здоровья, раскрытия двигательных способностей глухих детей и подростков, подготовку спортсменов высокой квалификации, инструкторов и судей по легкой атлетике.

При составлении программы автор основывался на соответствующем законодательстве, регламентирующем дополнительную образовательную деятельность спортивной направленности: Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 г. № 730 «Об утверждении 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»; Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»; Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приёма на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»; Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41).

При составлении программы был учтен «Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика» (утвержден приказом Приказ Министерства спорта РФ от 24 апреля 2013 г. № 220).

Разработчиком программы был учтен передовой опыт обучения и тренировки юных спортсменов, результаты научных исследований, практические рекомендации специалистов в области психологии и педагогики, спортивной медицины, гигиене.

Ведущей идеей программы является учет недостаточности речевого обеспечения у глухих, что приводит к более низкой по сравнению со слышащими эффективности учебно-тренировочного процесса и к замедленной динамике становления двигательных умений и навыков. Реализация данной программы позволит в полной мере раскрыть двигательный потенциал обучающихся, а также создать условия для успешной соревновательной деятельности. Дополнительная образовательная программа решает, в том числе, коррекционные задачи, способствующие нивелированию различий в двигательной сфере по сравнению со слышащими сверстниками, расширению и обогащению словарного запаса, речевого развития.

Основные задачи программы:

- отбор одаренных детей;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;

- подготовка одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организация досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни;
- обучение жизненно и профессионально важным знаниям, умениям и навыкам.

Программный материал, объединенный в целостную систему спортивной подготовки, соответствует специфике дополнительного образования спортивной направленности и включает три этапа:

1. Этап начальной подготовки.
2. Тренировочный этап.
3. Этап совершенствования спортивного мастерства.

В соответствии с Федеральными государственными требованиями к предпрофессиональным программам, общеразвивающая программа содержит:

- теорию и методику физической культуры и спорта;
- общую и специальную физическую подготовку;
- избранный вид спорта (легкая атлетика);
- подвижные игры и другие виды спорта.

Для успешного решения поставленных задач используются следующие формы: тренировочные занятия в группах; индивидуальные тренировочные занятия; самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам; участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях; инструкторская и судейская практика; медико-восстановительные мероприятия; промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Программой предусмотрена непрерывность освоения в период каникул посредством участия обучающихся в тренировочных сборах на базе летних лагерей (центров) различного типа, а также самостоятельной работы обучающихся.

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа № 7» г. Кемерово имеет достаточную для реализации программы материально-техническую базу, соответствующую Федеральным стандартам спортивной подготовки.

Пояснительная записка составлена педагогически грамотно. Язык и стиль изложения четкий, ясный, доказательный, логичный.

Тематический план учитывает основные требования к организации учебно-воспитательного процесса в учреждении дополнительного образования детей.

Содержание программы носит практический характер, соответствует современным достижениям педагогики и психологии.

Выделены основные направления содержания, необходимые для создания условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала обучающихся в условиях образовательного процесса физкультурно-спортивной направленности. Неоспоримым достоинством программы является то, что в ее основу положена идея оздоровления и физического развития и физической подготовки юных спортсменов – будущего олимпийского резерва Кузбасса.

Методическое обеспечение программы весьма полно представляет все условия, необходимые для получения воспитательно-развивающего результата. В программе предложены способы диагностики результативности образовательного процесса, представлены упражнения для общей и специальной физической подготовки в отдельных видах легкой атлетики для различных возрастных групп.

Программа удовлетворяет всем необходимым требованиям и рекомендуется к реализации.

Доцент кафедры
физической культуры, ЛФК
и спортивной медицины
ГБОУ ВПО «КемГМА»,
заслуженный работник
физической культуры РФ

Н.И. Фетищев

Подпись заверяю:

Синицын
по адресу



Казань №6

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа: Дополнительная предпрофессиональная программа по адаптивным видам спорта составлена 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 (Приказ Министерства спорта РФ № 730 от 12 сентября 2013 г.), в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.12 г., Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; Федеральным законом от 06.12.2011г. № 412-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства спорта РФ № 1125 от 27 декабря 2013 г. «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», приказом Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта», «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (СанПиН 2.4.4.3172-14) утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 4 июля 2014г. № 41.

В МАУДО «Детско-юношеская спортивная школа №7» данная Программа реализуется по виду спорта – «Спорт глухих. Легкая атлетика.»

Программа составлена с учетом «Федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика» утвержденных приказом Минспорта России от 24 апреля № 220.

Легкая атлетика – королева спорта, этот вид спорта является увлекательной и эмоционально насыщенной формой спортивной тренировки детей и подростков. Занятия легкой атлетикой повышают устойчивость организма к неблагоприятным факторам среды, атмосферному давлению, холоду, перегреванию. Легкая атлетика используется как эффективное средство привлечения детей к активным занятиям физическими упражнениями, это один из самых популярных видов спорта. Этот вид спорта как органическая часть физической культуры служит одним из средств физического воспитания молодого поколения, играет важную роль в формировании человеческой личности.

Актуальность Программы определяется ее направленностью на решение коррекционно-компенсационных задач, создание условий для гармоничного психического и физического развития, укрепления здоровья, раскрытия двигательных способностей глухих детей и подростков, подготовку спортсменов высокой квалификации, инструкторов и судей по легкой

атлетике.

Занятия спортом для глухих детей и подростков имеет огромное значение как важное коррекционно-воспитательное средство преодоления дефектов физического развития, формирования нравственных качеств для полноценной подготовки к жизни в обществе, при этом решается задача реабилитации лиц с потерей слуха.

Программа учитывает тот факт, что недостаточность речевого обеспечения у глухих приводит к более низкой по сравнению со слышащими эффективности учебно-тренировочного процесса и к замедленной динамике становления двигательных умений и навыков. Речевой недостаток глухих учащихся затрудняет восприятие информации, содержащей описание двигательных действий, умений, необходимых для последующей двигательной деятельности.

Дополнительная образовательная программа решает в том числе коррекционные задачи, способствующие нивелированию различий в двигательной сфере по сравнению со слышащими сверстниками, расширению и обогащению словарного запаса, речевого развития.

Программа разработана с учетом особенностей процесса подготовки обучающихся с нарушением слуха и обеспечивает:

- построение процесса подготовки, направленного на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека;
- направленность на коррекцию основного дефекта, коррекцию сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, обусловленных основным дефектом, с помощью физических упражнений и других не медикаментозных средств и методов;
- профилактику сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений;
- обучение жизненно и профессионально важным знаниям, умениям и навыкам, развитие и совершенствование физических и психологических качеств и способностей.

Программа предназначена для организации тренировочного процесса на различных этапах многолетней подготовки с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся и направлена на:

- отбор одаренных детей;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни;

- обучение жизненно и профессионально важным знаниям, умениям и навыкам.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в легкой атлетике.

При разработке программы учтен передовой опыт обучения и тренировки юных спортсменов, результаты научных исследований по юношескому спорту в РФ, практические рекомендации по возрастной физиологии и педагогике, спортивной медицине, гигиене и психологии.

В данной программе тренировочный процесс рассматривается как целостная и динамичная система, где на каждом этапе решаются специфические задачи по развитию двигательных качеств, формированию технического мастерства и выбору средств, методов и величин тренировочных воздействий.

Минимальный возраст зачисления детей на этап начальной подготовки в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки – 9 лет.

Этап начальной подготовки. На этап начальной подготовки зачисляются лица, в соответствии с Положением о порядке приема на обучение в МАУДО «ДЮСШ №7», и Положением о порядке перевода, отчисления и восстановления обучающихся МАУДО «ДЮСШ №7».

Продолжительность этапа – до 3 лет (до 1 года; свыше года).

Основные задачи этапа:

- укрепление здоровья;

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков с нарушением слуха к занятиям легкой атлетикой, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни;

- устранение недостатков физического развития;

- увеличение словарного запаса, овладение спортивной терминологией, терминами, обозначающими предметы оборудования и инвентаря;

- обучение основам техники всех видов легкой атлетики и широкому кругу двигательных навыков;

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

- воспитание морально-этических и волевых качеств, становление спортивного характера;

- поиск талантливых в спортивном отношении детей на основе

морфологических критериев и двигательной одаренности.

Тренировочный этап. Группы тренировочного этапа формируются согласно Положения о порядке перевода, отчисления и восстановления обучающихся МАУДО «ДЮСШ №7».

Продолжительность этапа – до 5 лет (до 2 лет начальной специализации и до 3 лет углубленной специализации). Перевод по годам обучения осуществляется при условии выполнения обучающимися промежуточной аттестации.

Основные задачи этапа:

- укрепление здоровья, закаливание;
- устранение недостатков физического развития;
- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- освоение и совершенствование техники всех видов легкой атлетики;
- к концу этапа - определение предрасположенности к виду легкой атлетики;
- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;
- профилактика вредных привычек и правонарушений.

Этап совершенствования спортивного мастерства. Группы этапа совершенствования спортивного мастерства формируются в соответствии с Положением о порядке перевода, отчисления и восстановления обучающихся МАУДО «ДЮСШ №7».

Продолжительность этапа – до 2 лет (1 года обучения, свыше 1 года обучения). Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии положительной динамики прироста спортивных показателей.

Основные задачи этапа:

- повышение общего функционального уровня;
- постепенная подготовка организма спортсменов к максимальным нагрузкам, характерным для этапа спортивного совершенствования;
- дальнейшее совершенствование технической и тактической подготовленности;
- формирование мотивации на перенесение больших тренировочных нагрузок и целевой установки на спортивное совершенствование.

Срок освоения Программы – до 10 лет.

Для детей, планирующих поступление в образовательные организации профессионального образования, реализующих основные профессиональные программы в области физической культуры и спорта, срок освоения Программы может быть увеличен на 1 год.

Обучающиеся, имеющие достаточный уровень знаний, умений и навыков имеют право на освоение Программы по индивидуальному учебному плану.

Программа может быть реализована в сокращенные сроки.

Согласно Федеральных государственных требований Программа содержит

- теорию и методику физической культуры и спорта;

- общую и специальную физическую подготовку;
- избранный вид спорта (легкая атлетика);
- другие виды спорта и подвижные игры.

Тренировочный процесс организуется с учетом следующих форм: тренировочные занятия в группах; индивидуальные тренировочные занятия; самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам; тренировочные сборы; участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях; инструкторская и судейская практика; медико-восстановительные мероприятия; промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Непрерывность освоения программы в каникулярный период обеспечивается участием обучающихся в тренировочных сборах в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях (центрах), в спортивно-образовательных центрах (продолжительностью от 14 до 21 дня), а также самостоятельной работой обучающихся (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий, судейская практика).

Для реализации Программы МАУДО «ДЮСШ №7» имеет материально-техническую базу, соответствующую Федеральным стандартам спортивной подготовки:

- легкоатлетический манеж с тремя 200-метровыми дорожками по кругу и шестью дорожками для спринта, секторами для прыжков в длину, высоту, с шестом, сектором для толкания ядра;
- легкоатлетический стадион с 8 400-метровыми дорожками по кругу с синтетическим покрытием, полным набором секторов и метаний;
- спортивное оборудование и инвентарь для проведения тренировочных занятий и соревнований по легкой атлетике в достаточном количестве.

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками и другими специалистами, имеющими соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование.

Спортивная школа осуществляет обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, проездом к месту проведения физкультурных и спортивных мероприятий и обратно, питанием в период проведения физкультурных и спортивных мероприятий, а также осуществляет медицинское обеспечение обучающихся в установленных порядке и объеме.

**Особенности формирования групп обучающихся
с учетом этапов подготовки и требования
по физической, технической и спортивной подготовке**

Этап подготовки	Период	Миним. наполняемость группы	Максим. наполняемость группы	Требования по ОФП, СФП., ТП
Этап начальной подготовки	До года	8	25	Выполнение нормативов по ОФП
	Свыше года	6	20	Выполнение нормативов по ОФП
Тренировочный этап	Начальная специализация	4	14	Выполнение требований по ОФП, СФП, ТП (3юн-1юн)
	Углубленная специализация	3	12	Выполнение требований по ОФП, СФП, ТП (3-1 разряд)
Этап совершенствования спортивного мастерства	Весь период	1	10	Выполнение требований по ОФП, СФП, ТП (КМС, выполнение МС)