

# Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих"

Приказ · № 270 · от 13.03.2024 · Министерство спорта · Действует без изменений

Министерство юстиции  
Российской Федерации  
ЗАРЕГИСТРИРОВАНО  
Регистрационный № 78507  
от 10 июня 2024 г.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ПРИКАЗ

Москва

13 марта 2024 г. № 270

Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих"

В соответствии с частью 4 статьи 84 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" и пунктом 1 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19 июня 2012 г. № 607 , приказываю:

- 1. Утвердить прилагаемую примерную дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих".
- 2. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации А.А.Морозова.

Министр О.В.Матыцин

УТВЕРЖДЕНА  
приказом Минспорта России  
от 13 марта 2024 г. № 270

Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих"

УТВЕРЖДАЮ

наименование должности руководителя организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки

(подпись) (инициалы, фамилия)

\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта

" \_\_\_\_\_ "

(указывается наименование вида спорта)

## I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта " \_\_\_\_\_ " (далее - Программа)  
(указывается наименование вида спорта)  
предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке \_\_\_\_\_ с учетом совокупности \_\_\_\_\_  
(указывается наименование спортивной дисциплины)  
минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих", утвержденным приказом Минспорта России от 22.11.2022 № 1051 1 (далее - ФССП).

1 Зарегистрирован Минюстом России 20.12.2022, регистрационный № 71668.

2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки \_\_\_\_\_.

(указываются иные цели Программы)

## II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

3. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки \_\_\_\_\_.

(указываются с учетом приложения № 1 к ФССП)

4. Объем Программы \_\_\_\_\_.

(указывается с учетом приложения № 2 к ФССП)

5. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

учебно-тренировочные занятия \_\_\_\_\_;

(указываются применяемые виды (формы) учебно-тренировочных занятий (групповые, индивидуальные, смешанные и иные)

учебно-тренировочные мероприятия \_\_\_\_\_;

(указываются с учетом приложения № 3 к ФССП)

спортивные соревнования \_\_\_\_\_;

(указываются с учетом главы III ФССП и приложения № 4 к ФССП)

\_\_\_\_\_.

(указываются иные виды (формы) обучения)

6. Годовой учебно-тренировочный план \_\_\_\_\_

(указывается с учетом пункта 15 ФССП, приложений № 2 и № 5 к ФССП) (рекомендуемый образец приведен в приложении № 1 к примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих" (далее - Примерная программа).

7. Календарный план воспитательной работы (рекомендуемый образец приведен в приложении № 2 к Примерной программе).

8. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним (рекомендуемый образец приведен в приложении № 3 к Примерной программе).

9. Планы инструкторской и судейской практики \_\_\_\_\_.

(указываются по этапам спортивной подготовки)

10. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных

средств \_\_\_\_\_.  
(указываются по этапам и годам спортивной подготовки)

### III. Система контроля

11. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее - обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе к участию в спортивных соревнованиях:

#### 11.1. На этапе начальной подготовки:

изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;  
повысить уровень физической подготовленности;  
овладеть основами техники вида спорта "спорт глухих";  
получить общие знания об антидопинговых правилах;  
принимать участие в официальных спортивных соревнованиях начиная с третьего года для спортивных дисциплин, содержащих в своих наименованиях слова "бадминтон", "шахматы", "шашки";  
ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;  
проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

#### 11.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической, интегральной и психологической подготовленности;  
изучить правила безопасности при занятиях видом спорта "спорт глухих" и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;  
соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;  
изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;  
овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта "спорт глухих";  
изучить антидопинговые правила;  
соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;  
ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;  
принимать участие в официальных спортивных соревнованиях;  
получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства;  
проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

#### 11.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической, интегральной и психологической подготовленности;  
соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;  
приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;  
овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта "спорт глухих";  
выполнить план индивидуальной подготовки;  
закрепить и углубить знания антидопинговых правил;  
соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;  
ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;  
принимать участие в официальных спортивных соревнованиях;

получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд или спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства; проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

11.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

совершенствовать уровень физической, технической, тактической, теоретической, интегральной и психологической подготовленности;

соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;

выполнить план индивидуальной подготовки;

знать и соблюдать антидопинговые правила, не иметь их нарушений;

ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

принимать участие в официальных спортивных соревнованиях

проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

12. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее - тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

13. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки

---

(указываются комплексы контрольных упражнений с учетом приложений №№ 6 - 9 к ФССП и тесты) и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки

---

(указывается с учетом приложений №№ 7 - 9 к ФССП)

IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)

14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки \_\_\_\_\_.

(указывается описание учебно-тренировочного процесса по этапам спортивной подготовки)

15. Учебно-тематический план \_\_\_\_\_

(указывается по этапам спортивной подготовки и включает темы по теоретической подготовке) (рекомендуемый образец приведен в приложении № 4 к Примерной программе).

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

16. К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта " \_\_\_\_\_ "

(указывается наименование вида спорта, спортивной дисциплины) относятся

---

(указываются с учетом главы V ФССП)

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

17. Материально-технические условия реализации Программы

---

(указываются материально-техническая база и (или) объекты инфраструктуры, оборудование и спортивный инвентарь, спортивная экипировка с учетом пункта 14 и приложений №№ 10 - 11 к ФССП для реализуемых этапов спортивной подготовки)

18. Кадровые условия реализации Программы:

укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками

\_\_\_\_\_;

(указывается с учетом подпункта 13.2 ФССП)

уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников Организации

\_\_\_\_\_;

(указывается с учетом подпункта 13.1 ФССП)

непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей Организации.

## 19. Информационно-методические условия реализации Программы

\_\_\_\_\_.

(указываются применяемые комплексы информационных образовательных ресурсов, в том числе цифровые образовательные ресурсы, а также перечень информационно-методического обеспечения)

### Приложение № 1

к примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих", утвержденной приказом

Минспорта России

от 13 марта 2024 г. № 270

Рекомендуемый образец

Годовой учебно-тренировочный план

№

п/п

Виды подготовки и иные мероприятия

Этапы и годы подготовки

Этап начальной подготовки

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)

Этап совершенствования спортивного мастерства

Этап высшего спортивного мастерства

До года

Свыше года

До трех лет

Свыше трех лет

Недельная нагрузка в часах

Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах

1.Общая физическая подготовка

2.Специальная физическая подготовка

3.Участие в спортивных соревнованиях

4.Техническая подготовка

5.Тактическая подготовка

6.Теоретическая подготовка

7.Интегральная подготовка

8.Психологическая подготовка

9.Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)

10.Инструкторская практика

11.Судейская практика

12.Медицинские, медико-биологические мероприятия

13.Восстановительные мероприятия

Общее количество часов в год

Приложение № 2

к примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих", утвержденной приказом

Минспорта России

от 13 марта 2024 г. № 270

Рекомендуемый образец

Календарный план воспитательной работы

№

п/п

Направление работы

Мероприятия

Сроки проведения

1.Профориентационная деятельность

1.1.Судейская практика

Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта;

приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований;

приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований;

формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;

...В течение года

1.2.Инструкторская практика

Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:

освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора;

составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей;

формирование навыков наставничества;

формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам;

формирование склонности к педагогической работе;

...В течение года

1.3.

...

...

...

2.Здоровьесбережение

## 2.1. Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни

Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:

формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов);

подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта;

В течение года

## 2.2. Режим питания и отдыха

Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:

формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительность учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета);

...

В течение года

## 2.3.

...

...

...

## 3. Патриотическое воспитание обучающихся

3.1. Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения зрителей и спортсменов на соревнованиях)

Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки

3.2. Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)

Участие в:

спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях;

тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;

...В течение года

## 3.3.

...

...

...

## 4. Развитие творческого мышления

4.1. Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению

спортивных результатов)

Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на:  
формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов;  
развитие мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитание толерантности и  
взаимоуважения;  
правомерное поведение зрителей;  
расширение общего кругозора юных спортсменов;  
...В течение года

4.2.

...  
...  
...

5. Другое направление работы, определяемое организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки

...

5.1.

...  
...  
...

Приложение № 3

к примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта  
"спорт глухих", утвержденной приказом  
Минспорта России  
от 13 марта 2024 г. № 270

Рекомендуемый образец

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним  
Этапы спортивной подготовкиСодержание мероприятий и их формаСроки проведенияРекомендации  
по проведению мероприятий  
Этап начальной подготовки.....  
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации).....  
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.....

Приложение № 4

к примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта  
"спорт глухих", утвержденной приказом  
Минспорта России  
от 13 марта 2024 г. № 270

Рекомендуемый образец

Учебно-тематический план

Этапы спортивной подготовки  
Темы по теоретической подготовке  
Сроки проведения  
Краткое содержание

Этап начальной подготовки

## Физическая культура и спорт в России

сентябрь

Понятие о физической культуре и спорте. Физическая культура - часть общей культуры, ее значение для укрепления здоровья, правильного физического развития, подготовки к труду и защите Родины. Возникновение и развитие олимпийского движения. Успехи российских спортсменов на крупнейших соревнованиях.

Состояние и развитие вида спорта "спорт глухих" и его спортивных дисциплин в России

октябрь

Значение и место вида спорта "спорт глухих" в Российской системе физического воспитания.

Характеристика вида спорта "спорт глухих" и его спортивных дисциплин. Выступление российских спортсменов в виде спорта "спорт глухих" на международных соревнованиях (Сурдлимпийские игры, чемпионаты и Кубки мира). Пути дальнейшего повышения мастерства российских спортсменов.

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм обучающихся.

ноябрь

Краткие сведения о строении организма человека. Костная система, связочный аппарат и мышцы.

Сердце и сосуды. Основные сведения о кровообращении. Дыхание и газообмен. Легкие. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Органы выделения (почки, легкие, кожа). Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности всего организма. Влияние занятий физическими упражнениями на центральную нервную систему.

Режим дня, гигиена, закаливание, режим и питание обучающихся

декабрь

Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности.

Рациональное, сбалансированное питание. Понятие о гигиене физических упражнений. Общие гигиенические требования к режиму дня и отдыха при регулярных занятиях спортом глухих по видам спортивных дисциплин. Гигиенические требования к местам занятий, спортивной одежде и обуви. Питьевой режим. Вредное влияние курения и алкоголя на организм спортсмена.

Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь, спортивный массаж

январь

Значение и содержание врачебного контроля и медицинских обследований, показания и

противопоказания при занятиях спортом глухих. Значение функциональных проб и

антропометрических измерений для оценки физического развития и уровня подготовленности

спортсмена. Объективные данные самоконтроля: вес, пульс, спирометрия, результаты контрольных измерений, самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля.

Понятие об утомлении, переутомлении и перетренировке. Травмы. Причины их возникновения, профилактика травм во время учебно-тренировочных занятий. Спортивный массаж, самомассаж и их применение в процессе регулярных занятий видом спорта "спорт глухих". Противопоказания к массажу.

Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта "спорт глухих"

май

Роль технической подготовки в достижении высот спортивного мастерства в спортивных

дисциплинах вида спорта "спорт глухих". Основы методики обучения технике спортивных

дисциплин. Последовательное овладение техникой, учет возраста, уровня подготовленности

спортсменов. Понятие о тактической подготовке, методы формирования тактического мышления,

этапы тактической подготовки. Анализ техники ведущих спортсменов по кинограммам,

видеофильмам. Обучение и тренировка как учебно-тренировочный процесс формирования

двигательных навыков и расширения функциональных возможностей организма. Индивидуальные задания. Тренированность и ее физиологические показатели.

Значение физической подготовки в спортивной деятельности. Морально-волевая и психологическая подготовка, их роль в спортивной жизни спортсменов вида спорта "спорт глухих".

июнь

Физическая подготовка обучающихся в зависимости от возраста, уровня подготовленности и индивидуальных возможностей. Значение физической подготовки. Краткая характеристика общей и специальной физической подготовки, ее роль в развитии и совершенствовании силы, быстроты, ловкости, выносливости, координации движений и в освоении элементов технической подготовки. Классификация упражнений, используемых в учебно-тренировочном процессе. Средства, относящиеся к общей и специальной физической подготовке. Контрольные упражнения и нормативы для оценки уровня развития физических качеств, общей и специальной подготовки юного спортсмена.

Морально-волевая подготовка. Какие волевые качества различают в спорте; ведущие и второстепенные волевые качества. Психологическая и специально-психологическая подготовка к соревнованиям.

Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Организация и проведение соревнований. Обеспечение безопасности на занятиях и соревнованиях вида спорта "спорт глухих" по спортивным дисциплинам

август

Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Значение соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе, календарь спортивных мероприятий. Виды соревнований и их проведение. Спортивная судейская коллегия, ее состав и обязанности при проведении соревнований в виде спорта "спорт глухих" по спортивным дисциплинам. Работа секретариата, спортивных судейских бригад на старте и финише, спортивных судей на трассе. Правила поведения на соревнованиях. Изучение положений и особенностей проведения соревнований. Правила общения с судьями, с тренерами-преподавателями и обслуживающим персоналом как непосредственно на соревновательной арене, так и во время различных внесоревновательных и антидопинговых процедур. Владение специализированной терминологией на жестовом языке.

Оборудование мест проведения учебно-тренировочных занятий, оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта

ноябрь - май

Правила поведения спортсменов на местах проведения учебно-тренировочных занятий. Оборудование мест учебно-тренировочных занятий (трассы, спортивные городки, площадки, стадионы, плавательные бассейны, игровые залы и др.) и требования к ним. Классификация и конструкция спортивного инвентаря, выбор, хранение и уход за ним. Подготовка инвентаря к соревнованиям и его хранение.

...

...

...

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)

Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств

сентябрь

Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт - явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств,

уверенности в собственных силах.

История возникновения олимпийского и паралимпийского движения

октябрь

Зарождение олимпийского и паралимпийского движения. Чемпионы и призеры Паралимпийских игр.

Режим дня и питание обучающихся

ноябрь

Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.

Физиологические основы физической культуры

декабрь

Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности.

Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности.

Физиологические механизмы развития двигательных навыков.

Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося

январь

Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.

Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта

май

Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.

Психологическая подготовка

сентябрь - апрель

Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности.

Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта

декабрь - май

Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.

Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Организация и проведение соревнований. Обеспечение безопасности на занятиях и соревнованиях вида спорта "спорт глухих" по спортивным дисциплинам

декабрь - май

Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Значение соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе, календарь спортивных мероприятий.

Виды соревнований и их проведение. Положение о соревнованиях, программа и график соревнований. Оборудование, инвентарь и оформление мест соревнований. Организация информации на соревнованиях. Спортивная судейская коллегия, ее состав и обязанности при проведении соревнований в виде спорта "спорт глухих" по спортивным дисциплинам. Работа секретариата, спортивных судейских бригад на старте и финише, спортивных судей на трассе. Проведение мандатной комиссии, заседаний главных спортивных судейских коллегий. Порядок проведения соревнований, подготовка протоколов. Разбор проведения соревнований. Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

Этап совершенствования спортивного мастерства

Олимпийское (паралимпийское) движение. Роль и место физической культуры в обществе.

Состояние современного спорта

сентябрь

Паралимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований.

Профилактика травматизма. Перетренированность (недетренированность)

октябрь

Понятие травматизма. Синдром "перетренированности". Принципы спортивной подготовки.

Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося

ноябрь

Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

Психологическая подготовка

декабрь

Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся.

Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс

январь

Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты - специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.

Спортивные соревнования как важнейший системообразующий и интегрирующий компонент системы спортивной подготовки

февраль - май

Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.

Восстановительные средства и мероприятия

в течение переходного периода спортивной подготовки

Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения восстановительных средств.

...

...

...

Этап высшего спортивного мастерства

Физическое, патриотическое, нравственное, правовое и эстетическое воспитание в спорте. Их роль и

содержание в спортивной деятельности

сентябрь

Задачи, содержание и пути патриотического, нравственного, правового и эстетического воспитания на занятиях в сфере физической культуры и спорта. Патриотическое и нравственное воспитание. Правовое воспитание. Эстетическое воспитание.

Социальные функции спорта

октябрь

Общие социальные функции спорта (воспитательная, оздоровительная, эстетическая функции). Функция социальной интеграции и социализации личности.

Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося

ноябрь

Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс

декабрь

Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты - специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.

Спортивные соревнования как важнейший системообразующий и интегрирующий компонент системы спортивной подготовки

май

Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика некоторых видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности.

Восстановительные средства и мероприятия

в течение переходного периода спортивной подготовки

Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения различных восстановительных средств. Организация восстановительных мероприятий в условиях учебно-тренировочных мероприятий.

...

...

...