

муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Красноармейского района спортивная школа «Кировец»

ПРИКАЗ

от «10» сентября 2024 г.

№ 91

станция Полтавская

**О внесении изменений в приказ МАУ ДО КР СШ «Кировец»
от 21 июля 2023 года № 76 «Об утверждении дополнительной
образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта
«настольный теннис», разработанной в соответствии с требованиями
федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта
«настольный теннис»**

В соответствии с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта настольный теннис, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 31 октября 2022 года № 884, с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 13 февраля 2024 года № 137, и на основании решения педагогического совета муниципальное автономное учреждение дополнительного образования Красноармейского района спортивная школа «Кировец» от 02 сентября 2024 года, Протокол № 4 п р и к а з ы в а ю:

1. Внести в приказ МАУ ДО КР СШ «Кировец» от 21 июля 2023 года № 76 «Об утверждении дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис», разработанной в соответствии с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис» следующие изменения:

1.1. Заменить по тексту приложения к приказу слова «с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 6 декабря 2022 года № 1143» словами «с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 13 февраля 2024 года № 137» в соответствующих падежах;

1.2. исключить в пункте 2.4 приложения таблицы № 6 «Годовой учебно-тренировочный план» строки 8 и 9:

«

Наполняемость учебно-тренировочных групп (человек)			
10	8	4	2

»;

1.3. пункт 3.1 раздела 3 «Система контроля» изложить в новой редакции:

«3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях.

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:

На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «настольный теннис»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на учебно-тренировочной этап (этап спортивной специализации).

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «настольный теннис» 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 «настольный теннис»;
- 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.

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической 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 «настольный теннис»;
- 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;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в два года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, в том числе межрегиональных спортивных соревнованиях;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

2. Контроль за исполнением данного приказа возложить на заместителя директора Рыбникову Маргариту Александровну.

3. Приказ вступает в силу со дня его подписания.

И.о. директора
МАУ ДО КР СШ «Кировец»



М.А. Рыбникова

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической 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 знаниям о правилах вида спорта «настольный теннис»;
- 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;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в два года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, в том числе межрегиональных спортивных соревнованиях;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

2. Раздел IV «Рабочая программа» дополнить таблицей № 22.1. (Приложение 1).

3. Контроль за исполнением данного приказа возложить на заместителя директора Рыбникову Маргариту Александровну.

4. Приказ вступает в силу со дня его подписания.

И.о. директора
МАУ ДО КР СШ «Кировец»



М.А. Рыбникова

Приложение 1 к Приказу
 МАУ ДО КР СШ «Кировец» от 10.09.2024 г.
 № 91

Таблица 22.1 дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Настольный теннис» МАУ ДО КР СШ «Кировец»

Учебно-тематический план

Этапы спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовки	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап спортивной подготовки	История возникновения вида спорта и его развитие.	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призёры Олимпийских игр.
	Физическая культура как важное средство физического развития и укрепления здоровья человека.	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом.	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культурой и спортом.
Этап начальной подготовки	Самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля, его формы и содержание, Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта.	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта.	июнь	Понятливость. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских

Учебно – тренировочный этап (этап спортивной специализации)				бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
	Режим дня и питание обучающихся.	август		Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта.	ноябрь - май		Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	сентябрь		Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт как явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История возникновения олимпийского движения.	октябрь		Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный олимпийский комитет.
	Режим дня и питание обучающихся.	ноябрь		Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Физиологические основы физической культуры	декабрь		Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояния организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	январь		Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и уровень спортивных соревнований.
	Теоретические основы техники – тактической подготовки. Основы техники вида спорта.	май		Понятливость. 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 вида спорта.	декабрь - май		Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

Этап совершенствования спортивного мастерства	Олимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта.	сентябрь	Олимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние олимпизма на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований, в том числе по виду спорта.
	Профилактика травматизма. Перетренированность (недоотренированность)	октябрь	Понятие травматизма. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки.
	Учёт соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося.	ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятие 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 обучающихся как многокомпонентный процесс	январь	Современные тенденции совершенствования системы учебно – тренировочного процесса. Спортивные результаты как специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Основные направления учебно – тренировочного процесса. Система спортивных соревнований.
	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.