

ПРИКАЗ

от «10» сентября 2024 г.

№ 93

станция Полтавская

**О внесении изменений в приказ МАУ ДО КР СШ «Кировец»
от 21 июля 2023 года № 75 «Об утверждении дополнительной
образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта
«самбо», разработанной в соответствии с требованиями федерального
стандарта спортивной подготовки по виду спорта
«самбо»**

В соответствии с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта самбо, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24.11.2023 года № 1073, с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «самбо», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 февраля 2023 года № 214, и на основании решения педагогического совета муниципального автономного учреждения 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 № 75 «Об утверждении дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «самбо», разработанной в соответствии с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «самбо» следующие изменения:

1.1. Заменить по тексту приложения к приказу слова «с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «самбо», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 14 декабря 2022 года № 1245» словами «с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «самбо», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 29 февраля 2023 года № 214» в соответствующих падежах;

1.2. исключить в пункте 2.6 приложения таблицы № 8 «Годовой учебно-тренировочный план» строки 8 и 9:

«

Наполняемость групп (человек)		
12 - 24	6 - 12	2 - 4

»;

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

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 «самбо»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года для спортивных дисциплин, содержащих в своих наименованиях слова «весовая категория»;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на учебно – тренировочный этап (этап спортивной специализации) для спортивных дисциплин, содержащих в своих наименованиях слова «весовая категория».

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «самбо» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «самбо»;
- 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 знаниям о правилах вида спорта «самбо»;

- 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 в межрегиональных спортивных соревнованиях;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

1.4. В таблице № 28 учебно-тематического плана дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «самбо» исключить раздел «Объем подготовки в год».

1.5. Раздел IV «Рабочая программа» дополнить таблицей № 28.1. (Приложение 1).

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

Приложение 1 к Приказу
МАУ ДО КР СШ «Кировец» от 10.09.2024 г.
№ 93

Таблица 28.1 дополнительной образовательной
программы спортивной подготовки по виду спорта
«самбо» МАУ ДО КР СШ «Кировец»

Учебно-тематический план

Этапы спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной 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 подготовки)	бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.			
	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.	август		
	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.	ноябрь - май		
	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.	сентябрь		
	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный олимпийский комитет.	октябрь		
	Расписание учебно-тренировочного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям.	ноябрь		
	Рациональное, сбалансированное питание.			
	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояния организма при спортивной деятельности.	декабрь		
	Физиологические механизмы развития двигательных навыков.			
	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и уровень спортивных соревнований.	январь		
	Понятливость. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.	май		
	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности.	сентябрь - апрель		
	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.	декабрь - май		
	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.	декабрь - май		

<p>Этап совершенствования спортивного мастерства</p>	<p>Олимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта.</p>	<p>сентябрь</p>	<p>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.</p>
	<p>Профилактика травматизма. Перетренированность (недоотренированность)</p>	<p>октябрь</p>	<p>Понятие травматизма. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки.</p>
	<p>Учёт соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося.</p>	<p>ноябрь</p>	<p>Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятие анализа, самоанализа учебно – тренировочной и соревновательной деятельности.</p>
	<p>Психологическая подготовка.</p>	<p>декабрь</p>	<p>Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся.</p>
	<p>Подготовка обучающихся как многокомпонентный процесс</p>	<p>январь</p>	<p>Современные тенденции совершенствования системы учебно – тренировочного процесса. Спортивные результаты как специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Основные направления учебно – тренировочного процесса. Система спортивных соревнований.</p>
	<p>Спортивные соревнования как важнейший системообразующий и интегрирующий компонент системы спортивной подготовки.</p>	<p>февраль - май</p>	<p>Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.</p>
	<p>Восстановительные средства и мероприятия</p>	<p>в течение переходного периода спортивной подготовки</p>	<p>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.</p>