

Принято
на заседании тренерско-педагогического
совета

Протокол № 1 от «28» 08 2021 г.

Утверждено
Директор МБУДО-ДСДО
Л.П. Чубарь

Приказ № _____ от «28» 08 2021 г.



Общеобразовательная программа
Муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования – Дворец спорта
для детей и юношества
города Аркадака Саратовской области
на 2021-2022 учебный год

Содержание программы:

1. Паспорт программы.
2. Пояснительная записка
3. Общие сведения.
 - 3.1.Сотрудничество с образовательным учреждениями.
 - 3.2. Режим работы МБУДО-ДСДЮ г. Аркадака.
 - 3.3.Основные принципы образовательной политики МБУДО-ДСДЮ г. Аркадака
 - 3.4.Основной предмет деятельности МБУДО-ДСДЮ г. Аркадака.
 - 3.5.Модель выпускника МБУДО-ДСДЮ г. Аркадака.
- 4.Содержание образовательного процесса.
 - 4.1. Дополнительные образовательные программы.
 - 4.2. Личностно - ориентированные технологии.
5. Мониторинг качества образовательного процесса.
6. Показатели реализации образовательной программы.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.

Настоящая программа определяет основные направления и принципы совершенствования образовательного процесса в МБУДО – ДСДЮ г. Аркадака на период с 1 сентября 2021 года до 1 сентября 2022 года.

Основания для разработки программы:

Конвенция о правах ребенка;

Конституция Российской Федерации;

Закон РФ «Об образовании»;

Учебно-образовательными программами по видам спорта и СанПин;

Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, расположенных на территории РФ;

Устав МБУДО - ДСДЮ г. Аркадака

Сроки реализации программы: Программа рассчитана на 2021-2022 год.

Ожидаемые результаты реализации программы:

Создание более широких возможностей доступа к дополнительному образованию. Повышение роли и качества дополнительного образования. Повышение уровня систем воспитания. Укрепление материально-технической базы. Улучшение систем социальной защиты детей. Усиление внимания индивидуальному физическому развитию детей, формирования здорового образа жизни.

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дворец спорта является учреждением дополнительного образования и призван способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям.

Одной из важных мер, направленных на решение этих задач, является рациональная организация учебной работы во Дворце спорта.

Общеобразовательная программа составлена на основе нормативных документов государственных, региональных и муниципальных органов управления образования, устава учреждения и других нормативных актов, которые регулируют деятельность учреждений дополнительного образования спортивной направленности.

Тренерско-педагогический коллектив ДСДЮ разрабатывает общеобразовательную программу, которая предназначена для осмысления

ситуации, определения приоритетов выбора методов решения поставленных целей и задач, способов координации действий и механизмов коррекции изменений, которые затрагивают широкий спектр отношений личности и общества. Основное предназначение ДСДЮ развивать индивидуальные способности детей, удовлетворять потребность в приобретении навыков здорового образа жизни создавать условия для реализации данной образовательной программы.

Приоритетные направления Дворца спорта:

- обеспечение доступности качественного образования обучающихся при сохранении здоровья, формировании активной творческой позиции;

- обеспечение условий для творческой самореализации, профессионального и личностного роста преподавательского состава. Стимулирование качества работы тренеров-преподавателей по ее результатам, сохранение здоровья преподавательского состава.

- обеспечение условий для сотрудничества родителей и педагогического коллектива, пропаганда ЗОЖ среди родителей. Вовлечение родителей в общественное управление Дворцом спорта.

Содержание и организационные формы физического и нравственного воспитания разрабатываются на основе принципов, ориентирующих воспитание на развитие социально-активной, образованной, нравственно и физически здоровой личности.

Основные цели программы:

Развитие системы образования и воспитания в интересах формирования гармонично развитой, социально активной, творческой личности, являющейся одним из субъектов образования.

Основные задачи программы:

- обеспечить качественный переход Дворца спорта на выполнение новых Федеральных государственных требований и стандартов на основе накопленного опыта создания высокотехнологичной образовательной среды, обеспечивающей инновационные изменения в организации и содержании педагогического процесса;

- отработать различные модели индивидуального образования обучающихся, учитывая специфику дополнительного образования и здоровую среду Дворца спорта;

- разработать систему необходимых условий, обеспечивающих преемственность поддержки и развития детей с развитыми образовательными потребностями на различных стадиях образовательной деятельности с учетом спортивной направленности, в школьной, семейной и социальных средах;

- обеспечить высокий профессиональный уровень тренерско-педагогических работников, условия для эффективного выполнения профессиональных задач, повышение социальной значимости, престижа педагогического труда;

- обеспечить информационно - пропагандическую работу по внедрению Всероссийского физкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

- оказывать практическую помощь при сдаче видов испытаний (тестов), нормативов, требований к оценке знаний и умений в области физической культуре и спорта населения района Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

-обеспечить духовно-нравственное и патриотическое воспитание подрастающего поколения, формирование духовности, взаимоуважения, трудолюбия, гражданственности, патриотизма, ответственности.

3. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ.

Наименование организации:

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования - Дворец спорта для детей и юношества города Аркадак Саратовской области

Юридический адрес:

412210, Саратовская область, город Аркадак,

улица Степная, дом 7

Фактический адрес:

412210, Саратовская область, город Аркадак,

улица Степная, дом 7

Телефон 8(84542)4-44-13

Дата открытия 2009г.

Лицензия на образовательную деятельность Серия 64 Л01 № 0002347, выдана Министерством образования Саратовской области. Регистрационный № 2620 от 13.04.2016 года

Вид образования:

Дополнительное образование

Подвид

Дополнительное образование детей и взрослых

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования - Дворец спорта для детей и юношества города Аркадака Саратовской области — учреждение дополнительного образования, основная деятельность которого направлена на гармоничное физическое развитие юных спортсменов, разностороннюю подготовку, укрепление здоровья.

Дворец спорта является юридическим лицом и имеет статус муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования. Учредителем Дворца спорта является администрация МО Аркадакского муниципального района.

3.1. Сотрудничество с образовательными учреждениями.

Общеобразовательным учреждениям и МБУДО - ДСДЮ совместно с ведомствами и общественными организациями отводится ведущая роль в обеспечении комплексного подхода к оздоровлению школьников средствами физической культуры и спорта.

Деятельность тренерско-педагогического коллектива направлена на взаимодействие с педагогическими коллективами общеобразовательных школ, ДЮСШ на решение проблемы укрепления здоровья и профилактики вредных привычек.

Обеспечивая взаимодействие с общеобразовательными школами, следует отметить, что тренерско-преподавательский состав МБУДО -ДСДЮ, учителя физической культуры школ и тренеры-преподаватели тщательно подходят к вопросу решения главной задачи — формирования, сохранения и укрепления здоровья детей, подростков. Учебно-тренировочные занятия направлены на использование здоровые сберегающих возможностей физических упражнений, выполняющих преимущественно в тренирующих режимах.

3.2 Режим работы МБУДО -ДСДЮ

Учебный год начинается с 1 сентября. Учитывая специфику деятельности учреждения образовательный процесс проводится круглогодично.

Основными формами образовательного (учебно-тренировочного) процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- медико-восстановительные (реабилитационные) мероприятия;
- участие в соревнованиях.

Расписание тренировочных занятий составляется по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

Учебные группы комплектуются с учетом возраста и спортивной подготовленности обучающихся. Возраст поступающих и обучающихся в

ДСДЮ должен соответствовать требованиям к возрасту, рекомендуемому для начала занятий видом спорта и уровню спортивной и физической подготовленности.

Комплектование ДСДЮ проводится ежегодно в сентябре-октябре. В ДСДЮ принимаются дети, имеющие письменное разрешение врача-педиатра.

Тренировочные занятия проходят на базе ДСДЮ. Продолжительность одного занятия в группах спортивно-оздоровительных - не превышает 2 академических часов.

3.3 Основные принципы образовательной политики МБУДО - ДСДЮ.

Все принципы, лежащие в основе общеобразовательной программы МБУДО - ДСДЮ сориентированы на личность ребенка и создание условия для развития его способностей, на сотрудничество педагогов и обучающихся, педагогов и родителей, на взаимодействие содержания образования по всем общеобразовательным программам:

- принцип развития — стимулирование и поддержка эмоционального, духовно нравственного и интеллектуального развития и саморазвития ребенка, на создание условий для проявления самостоятельности, инициативности, творческих способностей ребенка в различных видах деятельности;

- 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, 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, характеризующегося разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

3.4 Основной предмет деятельности МБУДО - ДСДЮ.

Основным направлением Дворца спорта является реализация программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта: настольный теннис, аэробика, волейбол, баскетбол, плавание.

Основной упор в процессе образования и воспитания сегодня делается на формирование у ребенка навыка с раннего детства ориентации на самовоспитание и способности к саморазвитию. Только самостоятельно регулируя свои желания, стремления, поступки, можно обеспечить активное приспособление к постоянно возрастающим требованиям современного мира. Педагогические средства и методы направлены на то, чтобы каждый ребенок нашел себя в движениях, соответствующих его двигательным задаткам и интересам, что поможет ему в течение всей его жизни самостоятельно и с чувством удовлетворения поддерживать свое здоровье и психологического равновесие. Следовательно, ДСДЮ должен объединить свои усилия с семьей и школой в обеспечении условий для саморазвития ребенка, помогая ему познать свои индивидуальные задатки, склонности и реализовать их в приемлемой форме, полезной для него самого и общества. Важной задачей тренерско – педагогического состава ДСДЮ и родителей становится обучение ребенка самопознанию, методам и приемам саморазвития, а также условий, реально побуждающих его к самосовершенствованию в основных видах жизнедеятельности.

3.5 Модель выпускника МБУДО - ДСДЮ.

Модель выпускника ДСДЮ подразумевает предполагаемый результат совместной деятельности учреждения и семьи, характеризующий их представления о наиболее важных качествах личности ребенка, которыми должен обладать выпускник ДСДЮ.

Выпускник ДСДЮ должен знать:

- теоретические основы по физическому воспитанию; спортивную терминологию;
- алгоритм выполнения упражнений; правила действий по выбранному виду спорта;
- правила и способы ведения здорового образа жизни;
- правила поведения в социуме.

Выпускник ДСДЮ должен уметь:

- организовать свою деятельность в соответствии с принципами здорового образа жизни;
- развивать и совершенствовать общее и специальные физические качества;
- правильно выполнять действия по выбранному виду спорта.

Подготовка: знания, умения, навыки, сформированные согласно избранному виду спорта; знания и навыки судейства.

Качества: способность к самосовершенствованию; инициативность; мобильность; коммуникативность; ответственность.

Опыт: участие в соревнованиях различного уровня.

Предполагаемая модель выпуска ДСДЮ:

- личность, владеющая знаниями о физической культуре, её роли о формировании здорового образа жизни и сохранении творческого долголетия;

- личность, имеющая потребность в здоровом образе жизни и в регулярных занятиях спортом, обладающая высоким уровнем физического развития, интеллектуальной культуры труда, эмоций и чувств;

- личность, компетентная в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, в индивидуальных и коллективных формах занятий физическими упражнениями;

- гармонически развитая, социально ориентировочная личность, способная к самореализации;

- личность, уважающая себя, осознающая свою ценность и признающая ценность другой личности, способная принять верное решение в ситуации морального выбора и нести ответственность перед собой и обществом.

4. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

МБУДО - ДСДЮ в своей деятельности реализует:

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Дельфин» 144 часа, возраст детей: 7-10 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Юный пловец» - 144 часа, возраст детей: 7-10 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Плавание» 216 часов, возраст детей: 10-17 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Юный баскетболист » 144 часа, возраст детей: 11-17 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Юный волейболист » 144 часа, возраст детей: 11-13 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол » 234 часа, возраст детей: 10-17 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Спортивные игры » 76 часов, возраст детей: 10-17 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Летающий мяч » 36 часов, возраст детей: 10-17 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Степ -аэробика » 36 часов ,

возраст детей:7-11 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Аэробика» 36 часов,

возраст детей:7-11 лет;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» 144 часа, возраст

детей:10-17 лет.

На каждом этапе обучения реализация общеобразовательных программ регламентируется учебным планом (разбивка содержания общеобразовательной программы (общеразвивающие) по годам обучения), годовым календарным графиком и расписанием. Критерием освоения общеобразовательных программ являются результаты контрольных нормативов для каждого возрастного этапа. Продолжительность образовательного процесса на каждом этапе обучения определяется общеобразовательной программой.

Наполняемость групп и максимальный объем недельной тренировочной нагрузки в академических часах.

Общеразвивающая программа

Минимальная наполняемость групп (чел.) 12

Максимальный количественный состав групп (чел.) 25

Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (ч/нед) 6

Набор обучающихся осуществляется ежегодно не позднее 15 октября текущего года.

Тренировочный процесс ведется с годовым учебным планом.

Учебный план разрабатывается из расчета 39 недель занятий непосредственно в условиях ДСДЮ, дополнительно планом на летнее время.

4.1 Общеобразовательные программы.

Спортивно - оздоровительные группы формируются как вновь зачисляемых в ДСДЮ обучающихся желающих заниматься избранным видом спорта. Учебно-тренировочный процесс осуществляется при недельной нагрузке – до 6 часов, направлен на укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей, формирование стойкого интереса к занятиям спортом вообще, овладение техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и воспитание трудолюбия, развитие физических качеств, достижение физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности. СОГ охватывают все культивируемые виды спорта. Занятия в группах СОГ позволяют привлекать в ДСДЮ разновозрастной контингент детей, решать вопросы массовости, набора и отбора учащихся, популяризировать здоровый образ жизни.

4.2. Личностно- ориентированные технологии.

В настоящее время одной из приоритетных задач ДСДЮ является реализация на практике лично-ориентированного подхода в образовании. Личностно-ориентированные технологии ставят в ДСДЮ образовательной системы личности ребенка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализации ее природных потенциалов.

Теоретическая подготовка должна рассматриваться как своеобразная база повышения технической, тактической и психологической подготовленности. Теоретическая подготовка может проводиться как в форме теоретических занятий и непосредственно в спортивной тренировке. При проведении этих занятий следует помнить, что уточнение, расширение теоретических знаний юных спортсменов, привитие навыков самостоятельного мышления, развитие способностей к самоконтролю, самоанализу своих действий залогом будущих успехов в избранном виде спорта. Эти занятия должны иметь определенную целевую направленность, вырабатывать у спортсмена умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий и соревнований. Необходимо подготовить: название разделов теоретической подготовки; примерный перечень тем для проведения теоретических занятий и количество часов на их изучение по годам обучения; учебный материал по отдельным общим темам; методические указания для проведения занятий по окончании этапа или периода подготовки проведения тестов или контрольных вопросов, с последующим анализом освоения пройденного материала.

Физическая подготовка (общая, специальная, тактико-техническая).

По многим видам спорта при составлении учебного плана целесообразно физическую подготовку планировать трем видам : общая (ОФП), специальная (СФП) и спортивно-техническая для всего вида спорта. При планировании учебного плана учитывать неуклонное возрастание объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется, из года в год увеличивается удельный вес СФП, непрерывного совершенствования спортивной техники. На всех годах обучения осуществляется постоянный контроль за уровнем физической подготовки. Установление количественных (и качественных) показателей позволит уровень разносторонней и специальной подготовленности юных спортсменов в той мере, которая необходима для конкретного этапа подготовки, при этом учитываются индивидуальные особенности каждого обучающегося.

5. МОНИТОРИНГ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

Контроль за развитием и обучением обучающихся осуществляется следующими методами: контрольными тестами 2 раза в год по ОФП и СФП, тестирование по общим нормативам в течение учебного года. В течение года проводится промежуточное тестирование физического развития обучающихся.

Для проведения контрольных тестов выделяются специальные учебные часы. Предложенные в программах контрольные нормативы отражают три качественных уровня (показатели общей физической, специальной физической и технической подготовленности). На основании результатов контрольных тестов решается вопрос об уровне подготовленности обучающихся.

На основании результатов контрольных тестов, рекомендуется вносить коррективы в учебный процесс. Особое внимание следует обратить на соблюдение процедуры приема контрольных тестов. Время и сроки приемных и итоговых тестов регламентируется в соответствии с приказом директора.

6. ПОКАЗАТЕЛИ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

Основными показателями реализации образовательной программы являются: тестирование по ОФП и СФП, сохранность контингента, посещаемость обучающихся, участие в соревнованиях, выполнение разрядных нормативов.

Контрольные нормативы по ОФП и СФП. Цель контрольных тестов: измерение и оценка различных показателей по общей физической и специальной подготовке обучающихся для оценки эффективности спортивной тренировки и перевода обучающихся на следующий этап обучения.

Методические указания по организации тестирования. Тестирование дает информацию, прежде всего, о степени сформированности специальных и специфических физических (скоростных, координационных, силовых, выносливости, гибкости) способностей, а также об уровне реакции организма на физическую нагрузку. Оценка состояния подготовленности спортсмена проводится в ходе тестирования или в процессе соревнований и предусматривает:

- оценка специальной физической подготовленности;
- оценка технико-тактической подготовленности.

Оценка специальной физической подготовленности складывается из отдельных оценок уровня основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости. При этом основное внимание уделяется физическим качествам или отдельным способностям, составляющих эти обобщенные понятия.

Оценка технической подготовленности. Контроль за технической подготовленностью заключается в оценке количественной и качественной сторон техники действий спортсмена при выполнении соревновательных и тренировочных упражнений. Контроль техники визуально и инструментально. Критериями технического мастерства спортсмена являются объем техники, разносторонность техники и эффективность. Объем

техники определяется общим числом действий, которые выполняет спортсмен на тренировочных занятиях и соревнованиях.

Разносторонность техники определяется степенью разнообразия двигательных действий, которыми владеет спортсмен и использует их в соревновательной деятельности. Эффективность техники определяется по степени ее близости к индивидуально оптимальному варианту. Эффективная техника – та, которая обеспечивает достижение максимально возможного результата в рамках данного движения. Спортивный результат – важный, но не единственный критерий эффективности техники. Методы оценки эффективности техники основаны на реализации двигательного потенциала спортсмена.

Оценка тактической подготовленности. Контроль за тактической подготовленностью заключается в оценке целесообразности действий спортсмена, направленных на достижение результата. Он предусматривает контроль за тактическим мышлением, за тактическими действиями. Обычно контроль тактической подготовленности совпадает с контролем соревновательной деятельности. При использовании тестов следует руководствоваться следующими правилами:

1. Тест должен соответствовать анатомо-физиологическим и функциональным возможностям испытуемого;
2. Необходимо использовать простые по биомеханической структуре тесты.
3. Перед выполнением тестов у испытуемых должна создаваться хорошая мотивационная установка;
4. Для комплексной проверки необходимо использовать батарею тестов;
5. Оценке физической подготовленности должно предшествовать ее тестирование;
6. Выполнение тестов (их реализация) должно занимать от одного до трех учебных занятий.

При проведении тестирования необходимо соблюдать следующий порядок проведения тестов:

1. На гибкость.
2. На быстроту.
3. На силу.
4. На скорость.
5. На силовую выносливость.
6. На физическую работоспособность.
7. На общую выносливость.

Возможность оценки физического состояния обучающихся существенно расширяется, если в процессе использования тестов программ регистрировать физиологические параметры. Оценка показателей общей физической подготовленности и специальной подготовки проводится в соответствии с контрольно-переводными нормативами по видам спорта и в соответствии с периодом обучения, определенных программой по виду спорта.

Перевод обучающихся (в том числе досрочно) в группу следующего года обучения проводится решением тренерско-педагогического совета на основании выполнения контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки. Обучающиеся, успешно сдавшие контрольно-переводные нормативы, приказом директора Дворца спорта переводятся на следующий этап обучения. Обучающиеся, не освоившие образовательную программу предыдущего этапа обучения, не переводятся на следующий этап обучения. Вопрос о пути продолжения образования для данной категории обучающихся рассматривается на тренерско- педагогическом совете на основании данных контрольно-переводных нормативов обучающихся и заявления их родителей (законных представителей).