

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района Мишкинский район
Республики Башкортостан

Рассмотрено и рекомендовано к
Утверждению на заседании
Педагогического совета
МБУ ДО ДЮСШ с. Мишкино
Протокол № 1 от 09.09.2021г.



«Утверждаю»
директор МБУ ДО ДЮСШ с. Мишкино

Р. К. Ямаев
Р. К. Ямаев
Приказ № 21 от 13.09.2021 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА МИШКИНСКИЙ РАЙОН
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**

с. Мишкино
2021 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка

2. Нормативная часть

2.1. Общие сведения

2.2. Дополнительные общеобразовательные программы, реализуемые в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино

2.3. Учебно-методическое сопровождение образовательного процесса.

2.4. Режим учебно-тренировочной работы

2.5. Кадровое обеспечение образовательного процесса

3. Учебный план

3.1. Пофамильный учебный план на 2021-2022 учебный год:

3.2. Учебный план на 2021-2022 учебный год (по группам):

3.3. Примерные учебные планы распределения часов учебно-тренировочных занятий по видам спорта, прописанные в дополнительных общеобразовательных программах МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино.

4. Условия приема учащихся.

5. Прием контрольных нормативов, проведение текущей, промежуточной аттестации

6. Психологическая подготовка

7. Воспитательная работа

8. Инструкторская и судейская практика

1. Пояснительная записка

Образовательная программа *Муниципального бюджетное учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района Мишкинский район Республики Башкортостан (далее - МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино)* составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.12 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», 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 2013г. «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 от 04.07.2014г. № 41, а также в соответствии с Конвенцией о правах ребенка, Уставом МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино и другими нормативно-правовыми основами, регулирующими деятельность спортивных школ и представляет собой документ, который определяет содержание образования и особенности учебно-воспитательного процесса.

Актуальность. В условиях решения стратегических задач российского образования важнейшими качествами личности становится инициативность, способность творчески мыслить и находить нестандартные решения, умение выбирать профессиональный путь, готовность обучаться в течение всей жизни. Детско-юношеская спортивная школа - важный социальный институт развития молодого поколения. Главной задачей спортивной школы в свете модернизации и инновационного развития является «раскрытие способностей каждого ученика, воспитание порядочного и патриотичного человека, личности готовой к жизни в высокотехнологичном, конкурентном мире». Гуманистическая парадигма дополнительного образования предполагает наличие у каждого ребенка творческого потенциала, талантов и способностей к тому или иному виду деятельности. Проявление потенциала будет во многом зависеть от тех условий, в которых происходит развитие и становление личности ребенка. Развитие личности спортсмена - это управляемый, целенаправленный процесс, эффективность которого напрямую зависит от созданных условий, способствующих развертыванию потенциала ребенка в области спорта.

Цель образовательной программы: создание организационно-педагогических условий для развития личностного и творческого потенциала ребенка на всех этапах многолетней спортивной подготовки.

Задачи: 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, формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации; выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте; воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов.

В содержании работы МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино необходимо выделить два компонента:

Физкультурно-оздоровительный и спортивный, реализуется через формирование потребности в постоянном физическом совершенствовании, стремлении достичь наилучших результатов, ориентации на здоровый образ жизни.

Воспитательный, который обусловлен социально-педагогической направленностью. Он основывается на таких элементах, как позитивные мировоззренческие взгляды по нравственным, этическим и другим проблемам; формирование гражданско-патриотического сознания.

Программа **направлена на:** 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 детей и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни, профориентацию.

2. НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Общие сведения

Наименование учреждения	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района Мишкинский район Республики Башкортостан (МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино)
Юридический адрес	Юридический адрес и местонахождение: 452340, Республика Башкортостан, с.Мишкино, улица Мичурина, 2.
Фактический адрес	Юридический адрес и местонахождение: 452340, Республика Башкортостан, с.Мишкино, улица Мичурина, 2.
Лицензия	Лицензия – серия 02 Л 01 № 0006683 от 23.11.2017, № 4928.
Телефон	8 (34749) 2 - 15 - 66
Официальный сайт	dyussh00@mail.ru
Дата основания	1980 год
Дополнительные общеобразовательные программы	физкультурно-спортивной направленности по легкой атлетике, лыжным гонкам, настольному теннису, спортивным играм (общеразвивающие)
Комплектование	Количество отделений - 4; Количество групп- 38; Количество учащихся – 557.

В части организации образовательного процесса спортивная школа руководствуется законодательством в сфере образования. Нормативными основаниями являются:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации;
- Федеральный закон № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г.;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41 г. Москва - "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей";
- приказ Министерства спорта РФ № 1125 от 27.12.2013 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Устав МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино;

- Программа развития МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино на 2020 – 2025 годы
- другие нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ, локальные нормативные акты МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино.

Спортивные сооружения.

Здание МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино включает в себя один спортивный зала, размером - 36×18м., тренажерный зал и тренерские комнаты, кабинет для теоретических занятий.

Возле здания имеется оборудованная хоккейная коробка стандартных размеров. Вокруг здания покрыта резиновая беговая дорожка.

В здании МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино установлена система противопожарной сигнализации и система охранной сигнализации "Интеграл", видеонаблюдение в целях обеспечения безопасности учебно-тренировочного процесса и работы сотрудников.

Применение в учебно-тренировочном процессе здоровьесберегающих технологий, соблюдение и применение инструкций по охране труда и технике безопасности на тренировках и спортивно-массовых мероприятиях. Регулярно проводятся инструктажи учащихся по технике безопасности на учебно-тренировочном процессе с отметкой в журналах.

2.2.Дополнительные общеобразовательные программы, реализуемые в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино

Вид образования- дополнительное образование;

подвид- дополнительное образование детей и взрослых

Направленность- физкультурно- спортивная

Формы обучения- очная; учебно- тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся, индивидуальные учебно-тренировочные занятия, самостоятельная работа по индивидуальным планам, медико- восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика учащихся, прием контрольных нормативов (проведение текущей, промежуточной, итоговой аттестации)..

Обучение ведется по следующим **уровням (этапам и периодам подготовки) и сроки реализации:**

- 1) спортивно- оздоровительный этап (весь период обучения)
- 2) этап начальной подготовки (до 3 лет)
- 3) учебно-тренировочный этап (до 5 лет)

Учебно-тренировочный процесс организуется на этапах подготовки, определенных учебной нагрузкой, учебным планом.

Образование ведется на русском языке.

Годовой учебный план включают следующие виды подготовки, которые варьируются в зависимости от вида спорта и этапа подготовки:

- теория и методика физической культуры и спорта;
- физическая подготовка (ОФП и СФП);
- избранный вид спорта (легкая атлетика, лыжные гонки, настольный теннис, спортивные игры);

- контрольные испытания/нормативы, промежуточная и итоговая аттестация;
- участие в соревнованиях;
- восстановительные мероприятия и медицинское обследование;
- инструкторская и судейская практика
- технико-тактическая подготовка;

В основу образовательных программ заложены следующие принципы:

- принцип комплексности, который предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса;
- принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения;
- принцип вариативности, который учитывает индивидуальные особенности юного спортсмена, вариативность программного материала на практических занятиях и разнообразие тренировочных средств и нагрузок.

Образовательные программы по видам спорта содержат в себе:

- пояснительную записку;
- учебный план
- методическая часть;
- система контроля и зачетные требования;
- перечень информационного обеспечения;
- приложения.

На 2021-2022 учебный год тренерами-преподавателями МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино составлено 17 рабочих программ для каждой группы по 6 видам спорта.

Рабочая программа для конкретной группы включает:

- пояснительную записку;
- учебно-тематическое планирование;
- программный материал;
- список литературы.

МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино реализует один вид дополнительных общеобразовательных программ: дополнительные общеразвивающие программы.

№	Образовательная программа, этап подготовки	Тренеры-преподаватели, реализующие Программы в 2021-2022 учебном году
1.	Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по легкой атлетике» Этап: СОГ-6 (5) часов в неделю НП-3- 9 часов в неделю ТГ-2,3(2),5- 12,14,18 часов в неделю	Айгузин Ю.Б. Иманов О.Я. .Валитов С.Ш. Мурзашев С.М.
2.	Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам» Этапы:	Сагитов С.С. Самниев И.С. Мурзашева Л.Н. Байрамов Л.А.

	СОГ- 6(6) часов в неделю ТГ-3(4),4 -14,16 часов в неделю	
3.	Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по настольному теннису» Этапы: СОГ-6(2) часов в неделю НП-6,9 часов в неделю ТГ-12,16- часов в неделю	Апсарова Н.Я. Шамратов В.А.
4.	Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по мини-футболу» Этапы: НП-6 (2) часов в неделю ТГ-14 часов в неделю	Каляев В.А. Каматов А.Ю.
5.	Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу» Этапы: НП-6,9 часов в неделю ТГ-15 часов в неделю	Николаев Р.В. Каматов А.Ю.
6.	Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу» Этапы: Сог-6 часов в неделю ТГ-14 часов в неделю	Вафиев Ф.К. Мустафина С.П.

Характеристика дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, реализуемых в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино в 2021-2022 уч. г.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Срок реализации: весь период

Возраст учащихся – преимущественно 7- 18 лет

Цель Программы- создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям легкой атлетикой в спортивно-оздоровительных группах, укрепления здоровья, формирования потребности в ЗОЖ и интереса к спорту.

Направленность – физкультурно-спортивная. Программа направлена на физическое воспитание личности, на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получения ими начальных знаний о физической культуре и спорте выявление одаренных детей. Данная Программа предназначена для учащихся спортивно-оздоровительных групп.

Актуальность Программы заключается в востребованности занятий избранным видом спорта, доступен каждому и используется как эффективное средство привлечения детей к активным занятиям физическими упражнениями. Занятия спортом развивают выносливость, силу, скорость, прыгучесть и др.

качества, которые нужны человеку в течение всей жизни (в школе, в армии, институте, на работе и т.д.). Играет важную роль в формировании личности человека, его профессиональной ориентации, обеспечивает адаптацию учащихся к жизни в обществе, укрепляет здоровье и др.

Новизна состоит в возможности методами физической культуры и спорта предоставить равные права в получении образовательных услуг категорией населения, не вовлечённой в физкультурную деятельность из-за возраста, ограниченного требованиями СанПиН, либо по каким-либо другим причинам. В спортивно-оздоровительных группах возрастает роль и значение физического воспитания, которое должно обеспечить необходимую для организма двигательную активность, укрепление мышечной системы, воспитание правильной осанки, повышая сопротивляемость организма простудным и инфекционным заболеваниям.

Ожидаемые результаты: программа способствует комплексному решению задач сохранения и укрепления здоровья обучающихся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей организма, развитию интереса к занятиям, воспитанию морально-этических и волевых качеств и др.

В спортивно-оздоровительных группах осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности и овладение основами техники.

Основные задачи:

- укрепление здоровья и закаливание;
- устранение недостатков физического развития;
- обучение основам техники всех видов и широкому кругу двигательных навыков;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств (выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей);
- выявление одаренных детей с целью перевода их в дальнейшем на предпрофессиональную программу;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям и к здоровому образу жизни;
- привлечение максимально возможного числа людей к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- воспитание морально-этических и волевых качеств.

Данная Программа содержит следующие разделы:

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

Этап начальной подготовки (НП)

На этап начальной подготовки зачисляются лица, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие письменное разрешение (допуск) врача).

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

На этапе НП осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнения контрольных нормативов для зачисления на тренировочный этап подготовки.

Основные задачи этапа:

- укрепление здоровья;
- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к занятиям, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни;
- обучение основам техники всех видов 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 (ТГ)

Тренировочные группы формируются на конкурсной основе лицами, прошедшими начальную подготовку не менее одного года, выполнившими переводные нормативы по общефизической и специальной подготовке.

Продолжительность этапа – до 5 лет (до 2 лет начальной специализации и до 3 лет углубленной специализации). В тренировочные группы зачисляются на конкурсной основе только здоровые и практически здоровые обучающиеся, прошедшие не менее одного года необходимую подготовку, при условии выполнения обучающимися промежуточной аттестации.

Основные задачи этапа:

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

2.3. Учебно-методическое сопровождение образовательного процесса.

Для оценки эффективности деятельности МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино, осуществляющей спортивную подготовку, используются следующие критерии:

а) На спортивно-оздоровительном этапе:

- состояние здоровья занимающихся;
- стабильность состава занимающихся, регулярность посещения ими тренировочных занятий;
- гармоничное развитие занимающихся;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

б) На этапе начальной подготовки:

- стабильность состава занимающихся (контингента), установленного учреждением, при отсутствии рекомендаций;
- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности занимающихся;
- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта.

в) На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- состояние здоровья, уровень физической подготовленности спортсменов;
- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности занимающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
- уровень освоения объёмов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- результаты участия в спортивных соревнованиях.

2.4. Режим учебно-тренировочной работы и особенности формирования групп

МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино в 2021-2022 учебном году осуществляет деятельность по дополнительным общеобразовательным программам (общеразвивающим) по шести видам спорта: легкая атлетика, лыжные гонки, настольный теннис, мини-футбол, баскетбол, волейбол. Начало учебного года - 1 сентября 2021г., окончание- 31 августа 2022 года.

Режим работы МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино: с 08:00 до 20:00.

Начало рабочего дня тренеров – преподавателей, согласно утвержденного расписания, преимущественно 8.00- 8.00.

Начало рабочего дня администрации: 09:00.

Обед администрации: 13:00 – 14:00.

Окончание рабочего дня администрации: 17.00 и 18:00.

Окончание рабочего дня педагогических работников: согласно расписания.

Выходные дни тренеров – преподавателей: согласно расписания.

Период зачисления начинается с 1 сентября по 30 сентября текущего года. Наполняемость групп определяется в зависимости от специфики видов спорта и в соответствии с требованиями образовательных программ.

3. Количество учебных групп на 2021-2022 учебный год:

№	Виды спорта	Количество групп	Количество детей
1	Легкая атлетика	11	161
2	Лыжные гонки	9	139
3	Настольный теннис	5	75
4	Мини-футбол	3	47
5	баскетбол	3	41
6	волейбол	6	92

Продолжительность учебного года по образовательным программам:

Учебный год длится 52 недели. Программный материал рассчитан на 46 недель учебно-тренировочного процесса. Непрерывность освоения программы (6 недель) в каникулярный период - период отпуска тренеров-преподавателей

обеспечивается участием учащихся в тренировочных сборах в физкультурно-оздоровительных центрах, лагерях или самостоятельной подготовкой по индивидуальным планам на период их активного отдыха.

Продолжительность учебной недели:

МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино организует учебно-тренировочный процесс как в рабочие дни так и в выходные, т.е. с ПН по ВС. Рабочая неделя рассчитывается в зависимости от учебной нагрузки по видам спорта и этапу подготовки, требованиями СанПиН, расписания и другими документами, регламентирующими деятельность образовательной организации.

Регламентирование образовательного процесса на учебный день:

Учебно-тренировочный процесс осуществляется с 8.00 до 20:00 (согласно утвержденного расписания).

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 1 час – 45 минут, 5 минут перерыв после каждого академического часа занятий, для учащихся младше 6 лет- 1 час-30 минут.

Влажная уборка проводится дважды в день.

Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается с учетом возрастных особенностей и этапа спортивной подготовки и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном и этапе начальной подготовки 1 года обучения - 2 часа (90 минут);
 - на этапе начальной подготовки 2 и 3 годов обучения- 2 часов (90 минут);
 - на учебно-тренировочном этапе (ТГ)- 3 часов (135 минут);
- при двухразовых тренировках- 3 часов (135 минут).

Регламентирование образовательного процесса на неделю:

№	Образовательная программа, этап подготовки	Объем учебной нагрузки в часах в неделю
1.	Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по легкой атлетике, лыжным гонкам, настольному теннису, баскетболу, волейболу, мини-футболу» Этап: СО	
	НП-1	6 часов
	НП-2	6 часов
	НП-3	9 часов
	ТГ-1	9 часов
	ТГ-2	12 часов
	ТГ-3	12 часов
	ТГ-4	14 часов
	ТГ-5	16 часов
		18 часов

Сроки проведения контрольных нормативов, испытаний и упражнений (текущей и промежуточной аттестации):

Входящий контроль- сдача вступительных контрольных нормативов- сентябрь 2021 года.

Текущая аттестация (контроль) за динамикой прохождения учащимися программного материала, уровнем их физической, специальной подготовки, состоянием здоровья осуществляется тренером-преподавателем в различных

формах, в том числе в форме наблюдений, тестирования и др. Тренер-преподаватель также ведет учет выступлений учащихся на соревнованиях различного уровня. В учебных планах-графиках отражено количество часов, запланированных на контрольные нормативы.

Промежуточная аттестация проводится в форме сдачи контрольно-переводных нормативов, отраженных в образовательных программах по видам спорта, в том числе по выполнению разрядов и по результатам участия в соревнованиях в мае-июне месяце, в некоторых случаях в сентябре.

Содержание текущей и промежуточной аттестации должно соответствовать целям и задачам образовательных программ, выявлять уровень подготовки учащихся, владение практическими умениями и навыками, необходимыми для освоения образовательной программы, уровень развития спортивных способностей. Сроки приема контрольных упражнений, испытаний в группах СО регулируются тренерами-преподавателями.

Режим работы учреждения в период школьных каникул:

Занятия в учебных группах проводятся:

- по обычному расписанию, либо по временному утвержденному расписанию, в соответствии с планами составленными на период каникул. Допускаются изменения форм в дни соревнований и каникул. Учреждение организует разнообразные воспитательные мероприятия: праздники, соревнования, походы, посещение бассейна, катка и т.д. В период летних каникул (июнь-август) учебно-тренировочный процесс организуется преимущественно на свежем воздухе. В период отпуска тренеров-преподавателей детям даются примерные индивидуальные планы для самостоятельной работы.

Праздничные дни.

Праздничные дни, согласно Законодательства РФ, но на усмотрение тренеров-преподавателей.

Праздничные дни могут использоваться как выходные по решению тренера-преподавателя группы. В случае решения тренера-преподавателя о необходимости проведения учебно-тренировочного занятия в выходной день в целях соблюдения периодичности и неразрывности учебно-тренировочного процесса в недельном цикле, занятия проводятся, согласно утвержденного расписания.

Особенности формирования групп обучающихся с учетом этапов подготовки и требований по физической, технической и спортивной подготовке по видам спорта (дополнительная общеобразовательная программа)

Этап подготовки	Период	Минимальная наполняемость группы	Максимальная наполняемость группы	Количество часов в неделю	Требования по ОФП, СФП, ТП
Этап начальной подготовки (НП)	До года	10	20	6	Выполнение нормативов по ОФП
	Свыше года	10	20	9	Выполнение нормативов по ОФП, 3-2 юн.р-д

Тренировочный этап (ТГ)	Начальная специализация	10	15	12 14	Выполнение требований по ОФП, СФП, ТП (1 юн-2 сп.р.)
	Углубленная специализация	10	12	14 16 18	Выполнение требований по ОФП, СФП, ТП (1 разряд-КМС)

**Объем учебно-тренировочной работы,
требования физической подготовки групп СО**

Этап подготовки	Возраст занимающихся	Минимальное кол-во детей в группе	Максимальное кол-во детей в группе	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (часов в неделю)
Спортивно-оздоровительный СО	7-18	10	20	6*

*Продолжительность 1 часа занятий – 45 минут.

**Объем учебно-тренировочной работы,
требования физической подготовки групп СО**

Минимальный возраст для зачисления	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав групп (чел.)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час. в нед.)	Спортивно-технические результаты
Спортивно-оздоровительный				
7-18	10	20	до 6 **	Выполнение нормативов по ОФП

2.5. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Тренеры – преподаватели МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино – это опытные специалисты. По возрастному составу коллектив представляет собой оптимальное сочетание опытных и начинающих педагогов, что является хорошей преемственностью накопленного опыта в педагогической и тренерской работе.

На 1 сентября 2021 года в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино :
Тренеров-преподавателей – 17 (из них 2- тренера- совместителя);

Тренеры-преподаватели, имеющие звания: «Заслуженный работник физической культуры и спорта РБ.» -4 Айгузин Ю.Б., Байрамов Л.А., Байметов В.Н., Мурзашев С.М., "Лучший тренер РБ" -1 чел. Айгузин Ю.Б.; "Лучший работник физической культуры и спорта РБ" - 9 чел. (Айгузин Ю.Б., Аймурзина И.В., Апсарова Н.Я., Сагитов С.С., Самниев И.С., Мурзашева Л.Н., Каляев В.А.Иманов О.Я., Шамратов В.А.); " "Отличник образования РБ" - 4 чел. (Айгузин Ю.Б., Валитов С.Ш., Сагитов С.С., Николаев Р.В.),

«Почетный работник ОО РФ» -2 человека Айгузин Ю.Б., Апсатарова Н.Я., Почетной грамотой Министерства образования РБ -4 человека Аймурзина И.В., Иманов О.Я.,Сагитов С.С., Валитов С.Ш.

Тренеры-преподаватели:

- высшей квалификационной категории – 15.

Повышение квалификации педагогических работников МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино носит системный характер и регламентируется действующим законодательством. Все педагоги прошли необходимое обучение.

3. Учебный план

Образовательный процесс осуществляется в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино на основе разрабатываемого и утверждаемого учебного плана. Учебный план отражает исходные данные для всех видов учебно-тренировочных занятий, а именно:

- специализацию (вид спорта);
- тренеров-преподавателей;
- этап подготовки (наименование групп);
- учебную нагрузку;
- количественный состав занимающихся.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МБУ ДО ДЮСШ с. Мишкино на 2021-2022 учебный год

№ п/п		СОГ	начальная подготовка			учебно-тренировочные					гвсм	всего групп, уч-ся	всего часов
			1	2	3	1	2	3	4	5			
1	легкая атлетика	5/86		1/12		2/26	2/27		1/10			11/161	99
2	лыжные гонки	4/75			1/12		2/27	2/25				9/139	91
3	настольный теннис	2/35		1/16			2/24					5/75	53
4	спортивные игры	5/82		2/30	1/15	2/26	1/12		1/15			12/180	66
всего		16/278		4/58	2/27	4/52	7/90	2/25	2/25			37/555	321

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2021-2022 учебный год
отделение «Легкая атлетика»

№	Ф.И.О. Тренера-преподавателя	СОГ	НП-1	НП-2	НП-3	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4	УТГ-5	Кол-во часов в нед.	Кол-во часов в год
1.	Айгузин Ю.Б.	6/276							18/828		24	1104
2.	Иманов О.Я.	6/276					12/552				18	828
3.	Валитов С.Ш.	6/276				12/552					18	828
4.	Мурзашев Г.С.	6/276				12/552					18	828
5.	Мурзашев С.М.	6/276					6/276				12	552
6.	Фатхинурова А.В.			9/414							9	414
Всего											99	4554

План комплектования
на 2021-2022 учебный год отделение «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА»

№	Ф. И. О.	Должность	сог	Число занимающихся количество учебных групп					И Т О Г О				
				Начальная подготовка			Учебно-тренировочные		групп	учащих ся			
				1	2	3	1	2			3	4	5
1.	Айгузин Ю.Б.	Ст.тренер	1/20							1/10		2	30
2.	Иманов О.Я.	тренер	1/15					1/12				2	27
3.	Мурзашев Г.С	тренер	1/15				1/14					2	29
4.	Валитов С.Ш.	тренер	1/15				1/12					2	27
5.	Мурзашев С.М.	Тренер-совм.	1/20					1/15				2	35
6	Фатхинурова А.В.	Тренер-совм.			1/12							1	12
ИТОГО			5/86		1/12		2/26	2/27		1/10		11	160

СОГ – 5 групп, 85 обучающихся
НП – 1 группа 12 обучающихся
УТГ – 5 группы, 63 учащихся

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

на 2021-2022 учебный год отделение «Лыжные гонки»

№	Ф.И.О. Тренера-преподавателя	сог	НП-1	НП-2	НП-3	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4	УТГ-5	ГВСМ	Кол-во часов в нед.	Кол-во часов в год
1.	Сагитов С.С.	6/276						14/644				20	920
2.	Самниев И.С.	6/276					12/552					18	828
3.	Мурзашева Л.Н.	6/276					14/644					20	920
4.	Байрамов Л.А.	6/276						18/828				24	1104
5.	Аймурзина И.В.				9/414							9	414

Всего 91 4186

План комплектования
на 2021-2022 учебный год
Отделение «**ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ**»

№	Ф. И. О.	Должность	сог	Число занимающихся			Число групп					И Т О Г О		
				Начальная подготовка			Учебно-тренировочные			ГВСМ	групп	учащих ся		
				1	2	3	1	2	3	4			5	6
1.	Сагитов С.С.	тренер	1/18						1/12				2	30
2.	Самниев И.С.	Тренер	1/15					1/12					2	27
3.	Мурзашева Л.Н.	Тренер	1/17					1/15					2	32
4.	Байрамов Л.А.	Ст.Тренер	1/25						1/13				2	38
5.	Аймурзина И.В.	Зам.дир.				1/12							1	12
6.														
7.														
	ИТОГО		4/75			1/12		2/27	2/25				9	139

СОГ – 4 групп 75 учащихся
ГН - 1 группа 12 учащихся
УТГ – 4 групп, 52 учащихся

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2021-2022 учебный год
отделение «Настольный теннис»

№	Ф.И.О. Тренера-преподавателя	сог	НП-1	НП-2	НП-3	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4	УТГ-5	ГВСМ	Кол-во часов в нед.	Кол-во часов в год
1.	Апсатарова Н.Я.	1/276		1/276			1/552					24	1104
2.	Шамратов В.А.	1/276					1/644					20	920
3	Миксонов Э.В.										1	9	
Всего												53	2024

План комплектования
на 2021-2022 учебный год
Отделение «Настольный теннис»

№	Ф. И. О.	Должность	сог	Число занимающихся			Число групп					ИТОГО			
				Начальная подготовка			Учебно-тренировочные					ГВСМ	групп	учащих ся	
				1	2	3	1	2	3	4	5				6
1.	Апсатарова Н.Я.	Тренер	1/20		1/16			1/12						3	48
2.	Шамратов В.А.	тренер	1/15					1/12						2	27
3.	Миксонов Э.В.	Спортсмен-инструктор												1	1
		итого												6	76

СОГ – 2 групп 35 учащихся
ГН - 1 группы, 16 учащихся
УТГ – 2 групп, 24 учащихся
ГВСМ – 1 спортсмен-инструктор

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2021-2022 учебный год
отделение «Спортивные игры»

№	Ф.И.О. Тренера-преподавателя	сог	НП-1	НП-2	НП-3	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4	УТГ-5	ГВСМ	Кол-во часов в нед.	Кол-во часов в год
1.	Каляев В.А.	6/276							14/644			20	920
2.	Каматов А.Ю.		6/276			14/644						20	920
3.	Николаев Р.В.	6/276				14/644						20	920
4.	Бикбулатов Г.Ф.	6/276										6	276

Всего 66 3036

План комплектования
на 2021-2022 учебный год
Отделение «Спортивные игры»

№	Ф. И. О.	Должность	сог	Число занимающихся					Число групп			И Т О Г О			
				Начальная подготовка			Учебно-тренировочные			ГВСМ	групп	учащих ся			
				1	2	3	1	2	3				4	5	6
1.	Каляев В.А.	Тренер-преп.	1/17								1/15			2	32
2.	Каматов А.Ю.	Тренер-преп		1/15			1/13							2	28
3.	Николаев Р.В.	Тренер-преп	1/15				1/13							2	28
4.	Бикбулатов Г.Ф.	Тренер-преп	1/20											1	20

ВСЕГО: 7 108

СОГ – 3 группы 52 учащихся
ГН - 1 группы, 15 учащихся
УТГ – 3 группы, 41 учащихся

Исп. Заместитель директора МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино :

Аймурзина И.В.

Учебный план Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района Мишкинский район Республики Башкортостан составлен в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Уставом МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино, локальными нормативными актами МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино, дополнительными общеобразовательными программами (общеразвивающими), санитарными правилами и нормами, другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности учащихся.

В 2021-2022 учебном году учебно-тренировочный процесс осуществляется по 6 видам спорта: легкая атлетика (5 тренеров-преподавателей, из них 1 совместитель), лыжные гонки (4 тренера-преподавателя). Настольный теннис (2 тренера-преподавателя), мини-футбол (2 тренера-преподавателя), баскетбол (2 тренера-преподавателя), волейбол (2 тренера-преподавателя). На отделение легкой атлетики зачислено 150 учащихся, лыжные гонки-156 учащихся, настольного тенниса-103 обучающихся, спортивные игры-147 обучающихся.

Для обеспечения учебно-тренировочного процесса используются дополнительные общеобразовательные программы (общеразвивающие (СО, НП, ТГ,) а также другая учебная литература, которая содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию, организации учебно-тренировочного процесса на различных этапах многолетней подготовки.

Форма обучения - очная; учебно-тренировочные занятия с группой, индивидуальные учебно-тренировочные занятия, самостоятельная работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика учащихся, прием контрольных нормативов (текущая и промежуточная аттестация, объем которой, предусмотрен образовательными программами для каждой группы).

Программный материал рассчитан на 52 недели, из них 46 недель учебно-тренировочного процесса. Непрерывность освоения программы (6 недель) в каникулярный период и период отпуска тренеров-преподавателей обеспечивается участием обучающихся в тренировочных сборах в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях (центрах), а также самостоятельной работой обучающихся (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий, судейская практика).

Всего укомплектовано 38 групп (557 человек), из них:
Спортивно-оздоровительные группы (СО)– 18 групп (291 человек);
Группы начальной подготовки 1 года обучения (НП-1)– 1 группа (17 человек);
Группы начальной подготовки 2 года обучения (НП-2)- 3 группы (50 человек);
Группы начальной подготовки 3 года обучения (НП-3)- 1 группы (17 человек);
Тренировочных групп 1,2,3,4,5 года обучения (ТГ-1,2,3,4,5)– 14 группы (181 человек);

3.3. Примерные учебные планы распределения часов учебно-тренировочных занятий по видам спорта, прописанные в дополнительных общеобразовательных программах МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино.

1) Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам ГНП-17-8 лет»

Содержание учебного плана для обучающихся 7-8 лет (46 недель)

№	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теор. занятия	Практ. занятия
1	Теоретическая подготовка	4	4	
2	Общая физическая подготовка: - строевые упражнения; - общеразвивающие упражнения; - игры.	129 25 79 25		129 25 79 25
3	Специальная физическая подготовка: - хореография; - разминочный комплекс; - акробатика.	112 15 72 25		112 15 72 25
4	Техническая подготовка: -изучение элементов упражнений -комплекс упражнений без предмета	28 14 14		28 14 14
5	Контрольные испытания	3		3
	Итого:	276	4	272

2) Дополнительная общеобразовательная программа: «Дополнительная общеобразовательная программа по лыжным гонкам»

Примерный учебный план распределения часов учебно-тренировочных занятий на год по лыжным гонкам (46 недель)

№	Разделы подготовки	НП	НП	ТГ	ТГ	ТГ	УТ
		1 г.об.	2-3 . г.об.	1- г.об.	2 г.об.	3 г.об.	4-5 Г.об
	<i>Количество часов в неделю</i>	<i>6</i>	<i>9</i>	<i>12</i>	<i>14</i>	<i>16</i>	<i>18</i>
1	Теория и методика физической культуры и спорта, час	15	16	8	8	8	8
2	Физическая подготовка ОФП	168	259	221	236	155	210
3	СФП	48	80	45	70	60	70
4	Техническая подготовка	28	40	239	290	439	444
5	Контрольные упражнения	13	13	33	34	64	84
6	Участие в соревнованиях		5	4	4	6	4
7	Медицинское обследование	4	1	2	2	4	6
	Всего часов:	276	414	552	644	736	828

4. Условия приема учащихся.

При приеме учащихся в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино не допускаются ограничения по полу, расе, национальной принадлежности, языку происхождению, вероисповеданию, социальному положению родителей. Прием на обучение в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино проводится на принципах равных условий приема для всех поступающих, за исключением лиц, которым предоставлены особые права при приеме на обучение, в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Прием производится на основании следующих документов:

- заявление родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся;
- медицинского допуска к занятиям избранным видом спорта;
- для учащихся не ниже учебно-тренировочного этапа обязательна копия свидетельства о рождении или паспорта.

При приеме учащихся МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино знакомит родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся с Уставом, лицензией на осуществление образовательной деятельности, с образовательными программами и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности учащихся.

В спортивно-оздоровительные группы и группы начальной подготовки принимаются все поступающие преимущественно в возрасте от 7 до 18 лет, желающие заниматься спортом и имеющие медицинский допуск, на основании письменного заявления родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся. При невозможности зачисления в данные группы всех желающих, отбор производится по результатам сдачи контрольных нормативов.

На учебно-тренировочный этап (ТГ) подготовки зачисляются учащиеся прошедшие начальную подготовку не менее одного года, на основании медицинского допуска при условии выполнения ими требований по общефизической и специальной подготовке, установленных образовательными программами.

Инклюзивное образование: в МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино созданы условия для обеспечения доступности образования для разных категорий детей: одаренные дети и дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, инвалидов.

5. Прием контрольных нормативов, проведение текущей, промежуточной аттестации

Прием контрольных нормативов, проведение текущей, промежуточной аттестации учащихся проводится в целях определения уровня физической подготовленности, перевода учащихся в группы, оценки качества образования по дополнительным общеобразовательным программам.

Формы, порядок и периодичность проведения текущей, промежуточной аттестации учащихся

Формы, порядок, условия проведения аттестации учащихся определяются в соответствии с требованиями образовательных программ по видам спорта, учебными планами.

Текущая аттестация (контроль) за динамикой прохождения учащимися программного материала, уровнем их физической, специальной подготовки, состоянием здоровья осуществляется тренером-преподавателем в различных формах, в том числе в форме наблюдений, тестирования и др. Тренер-преподаватель также ведет учет выступлений учащихся на соревнованиях различного уровня. В учебных планах-графиках отражено ежемесячное количество часов, запланированных на контрольные нормативы.

Промежуточная аттестация проводится в форме сдачи контрольно-переводных нормативов, отраженных в образовательных программах по видам спорта, в том числе по выполнению разрядов и по результатам участия в соревнованиях.

Содержание текущей и промежуточной аттестации должно соответствовать целям и задачам образовательных программ, выявлять уровень подготовки учащихся, владение практическими умениями и навыками, необходимыми для освоения образовательной программы, уровень развития спортивных способностей.

Перевод учащихся с этапа на этап, за исключением спортивно-оздоровительного, осуществляется на основании сдачи контрольно-переводных нормативов, отраженных в образовательных программах по видам спорта и (или) результатов участия в соревнованиях.

Учащиеся, не выполнившие контрольно-переводные нормативы, на следующий год не переводятся. Такие спортсмены могут быть зачислены приказом директора МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино в спортивно-оздоровительные группы, либо остаться на повторный год обучения.

Если учащийся не выполняет установленных требований, но по возрасту может оставаться в этой группе, то по решению тренерского совета, он может быть оставлен на повторное обучение.

При большом конкурсе в НП и СО контрольные нормативы проводятся при приеме в сентябре месяце.

Перевод учащихся на следующий этап обучения может осуществляться в течение учебного года по ходатайству тренерского совета отделения в случае выбывания другого учащегося. Перевод осуществляется с согласия педагогического совета, на основании результатов участия в соревнованиях различного уровня, выполнения соответствующих спортивных разрядов и сдачи контрольно-переводных нормативов.

Прием нормативов осуществляет комиссия, утвержденная приказом директора МБУ ДОД ДЮСШ с.Мишкино. В состав комиссии могут входить не менее 3 человек: директор или зам. Директора, старший тренер-преподаватель (опытный тренер-преподаватель), экзаменующий тренер-преподаватель. Председателем комиссии является директор или заместитель директора по учебно-воспитательной работе.

Критерии оценки уровня развития общих и специальных физических качеств определяются тренером-преподавателем на основании программных требований и в соответствии с этапом спортивной подготовки.

Оценка, оформление и анализ результатов приема контрольно-переводных нормативов.

Результаты приема контрольно-переводных нормативов фиксируются в «Протоколе приема контрольно-переводных нормативов». Доводятся до всех педагогических работников на Педагогическом совете. Результаты текущей аттестации фиксируются тренером-преподавателем в журнале учета групповых занятий.

Учитывая результаты приема контрольно-переводных нормативов, результаты выступления учащихся на официальных спортивных соревнованиях по избранному виду спорта, проводится перевод учащихся (группы учащихся), приказом директора МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино о зачислении и комплектовании групп на следующий учебный год.

Результаты контрольно-переводных нормативов обучающихся анализируются по следующим критериям:

- количество обучающихся (%), полностью выполнивших нормативные требования, не выполнивших нормативные требования;
- причины невыполнения обучающимися учебной программы.

При необходимости, даются рекомендации по корректировке учебно-тренировочного процесса.

6. Психологическая подготовка

Психологическая подготовка и личностные характеристики спортсменов выявляются при специальном тестировании, а в повседневном учебно-тренировочном процессе характеризуются мотивацией, нацеленностью, умением сосредоточиться, творческим осмысленным отношением, умением преодолевать трудности, верой в успех и оптимистическим, доброжелательным настроем. Эти качества особенно ярко раскрываются в условиях соревновательной деятельности и выражаются в умении побеждать опытных соперников (жажда борьбы, желание создать нечто новое, преодолеть ранее недоступное) с установлением новых личных рекордов в самых ответственных соревнованиях, где спортсмены демонстрируют бойцовский характер, сильную личность и отличную психологическую готовность.

Поражения (да еще с худшим, чем в тренировках, результатом) свидетельствуют о серьезных пробелах в подготовке, в том числе (а возможно, и главным образом) в психологической.

Спорт способствует формированию психической выносливости, целеустремленности, самостоятельности в постановке и реализации целей, принятии решений, воспитанию воли.

Все используемые средства психологической подготовки подразделяются на две основные группы:

- 1) вербальные (словесные) - лекции, беседы, доклады, идеомоторная, аутогенная и психорегулирующая тренировки;

2) комплексные - всевозможные спортивные и психолого-педагогические упражнения.

Методы психологической подготовки делятся на сопряженные и специальные. *Сопряженные методы* включают общие психолого-педагогические методы, методы моделирования и программирования соревновательной и тренировочной деятельности. *Специальными методами* психологической подготовки являются: стимуляция деятельности в экстремальных условиях, методы психической регуляции, идеомоторных представлений, методы внушения и убеждения.

На этапах предварительной подготовки и начальной спортивной специализации важнейшей задачей общей психологической подготовки является формирование спортивного интереса, перспективной цели, дисциплины, самооценки, образного мышления, произвольного внимания, психосенсорных процессов.

В спорте огромную роль играет мотивация спортсмена на достижение определенного результата на соревнованиях и в процессе подготовки. Мотивы человека определяют цель и содержание его деятельности, интенсивность его усилий для достижения цели, влияют на его поведение. Основу мотивации человека к достижениям составляют привычные мотивы, сложившиеся в процессе его жизни. Поэтому развитие у спортсменов мотивов к высоким спортивным достижениям следует рассматривать как одну из важнейших сторон учебно-тренировочной работы, направленную на формирование спортивного характера.

На этапах углубленной тренировки и спортивного совершенствования основной задачей психологической подготовки является формирование спортивной мотивации, уверенности в достижении цели, настойчивости, самостоятельности, эмоциональной устойчивости.

Цель, которую тренер ставит перед спортсменом, должна быть реальной, основанной на знании его возможностей и объективных предпосылок для достижения запланированного результата. Только при глубокой убежденности спортсмена в том, что у него есть все возможности достичь намеченной цели в заданный промежуток времени, при осознании ее важности у юного спортсмена возникает внутренняя готовность бороться за ее достижение. Тренер должен умело поддерживать стремление и внутреннюю готовность спортсмена к достижению поставленной цели. Этот процесс обязательно предусматривает регулярную информацию тренера о достижениях юного спортсмена, о том, что еще ему осталось сделать, чтобы выполнить намеченную программу.

Появление объективных трудностей, связанных с нарастанием утомления и сопутствующим ему тяжелым функциональным состоянием в процессе гонки, вызывает изменения в организме прыгунов, выражающиеся в своеобразии психической деятельности, определенной динамике психических процессов, снижении интенсивности процессов сознания.

В учебно-тренировочной деятельности и в соревнованиях спортсмену приходится преодолевать трудности, которые, в отличие от объективных, обусловлены индивидуально-психологическими особенностями его личности. Они возникают в сознании спортсмена в виде соответствующих мыслей, чувств,

переживаний и психологических состояний в связи с необходимостью действовать в определенных условиях и не могут быть поняты в отрыве от них.

В зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена субъективные трудности в одних и тех же условиях проявляются по-разному: от малозаметных сомнений в своих силах и незначительных волнений до почти аффектных состояний, сопровождающихся ослаблением, а иногда и потерей сознательного контроля за своими действиями. Это оказывает самое неблагоприятное влияние на моторные функции организма. Для воспитания способности преодолевать объективные трудности, связанные с утомлением и сопутствующим ему тяжелым функциональным состоянием, необходимо на тренировках моделировать эти состояния. Для этого нужно включать в тренировку отдельные дополнительные задания при ярко выраженной усталости. Проводить тренировки в любую погоду (дождь, ветер, повышенная влажность, низкая температура) на стадионах. Наиболее благоприятные возможности для практического овладения приемами, помогающими преодолевать развивающееся утомление усилиями воли, дает участие в соревнованиях.

Для воспитания смелости и самообладания, решительности, способности преодолевать различные формы страха и неуверенности необходимо увеличивать степень риска при преодолении повышающихся высот.

Готовность к преодолению неожиданных трудностей вырабатывается с помощью анализа возможных причин их возникновения. Иногда в процессе подготовки к соревнованиям следует специально создавать сложные ситуации, которые вынуждали бы спортсмена проявлять все волевые качества.

Если же трудности, встречающиеся на соревнованиях, невозможно смоделировать на тренировке (болевые ощущения, поломка инвентаря, потертости и др.), то спортсмен должен иметь о них четкое представление и знать, как действовать при их появлении.

Борьба с субъективными трудностями предполагает целенаправленные воздействия на укрепление у юных прыгунов уверенности в своих силах, которая формируется на основе знания физических и функциональных возможностей, сильных и слабых сторон подготовленности. Для правильной оценки собственных возможностей необходим систематический анализ результатов проделанной работы, спортивных достижений, условий, обеспечивающих достижение соответствующего успеха и причин, которые привели к неудаче.

Выполнение сложных тренировочных заданий и освоение трудных упражнений вызывает у спортсмена положительные эмоциональные переживания, чувство удовлетворения, дает уверенность в себе. Поэтому важно, чтобы спортсмены, сомневающиеся в своих силах, заканчивали определенный этап тренировки с выраженными положительными показателями.

7. Воспитательная работа

В МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино созданы такие условия, в которых личный и творческий потенциал ребенка получает возможность развития по следующим направлениям:

- Организация и проведение воспитательной работы по привлечению детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленных на развитие

личности, утверждения здорового образа жизни, профилактику вредных привычек и правонарушений средствами спорта;

- Привлечение оптимального числа перспективных спортсменов для специализированной подготовки, достижения высоких спортивных результатов;

- Комплектование учебных групп из числа детей и подростков и проведение с ними учебно-тренировочных занятий на основании современной методики тренировки, рациональная организация режима дня и учебы;

Для успешного решения задач по воспитанию юных спортсменов особое внимание уделяется проведению воспитательной работы в учебных группах:

- проводятся беседы о наиболее важных вопросах воспитания: о дисциплине дома и в школе, в общественных местах, о вреде алкоголя и наркотиков, допинга, о моральном облике российских спортсменов, о славных традициях российского спорта;

- регулярно проводятся собрания с учащимися и родителями на отделениях;

- после окончания учебного года проводятся выпускные вечера, где в торжественной обстановке объявляются спортивные результаты учащихся за год, вручаются квалификационные книжки, награждаются почетными грамотами лучшие спортсмены;

- ежегодно проводится новогодняя елка.

Планирование воспитательной работы:

- организация традиционных спортивных праздников, соревнований для учащихся;

- организация и проведение выпускного итогового спортивного вечера;

- организация и проведение соревнований приуроченных знаменательным датам;

- организация традиционных спортивно-массовых мероприятий;

- выставочная экспозиция истории школы и спортивных наград, достижений и спортивных званий учащихся и коллектива;

- ведение стендов с рекордами школы;

- работа со СМИ, размещение информации о результатах участия учащихся МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино в соревнованиях различного уровня;

- размещение информации на официальном сайте МБУ ДО ДЮСШ с.Мишкино;

Организация консультационной и профилактической работы:

- проведение родительских собраний, бесед, консультаций со специалистами по физической культуре и спорту;

- проведение профилактических бесед с учащимися о вреде курения и наркомании, по предупреждению несчастных случаев (родительские собрания, беседы, инструктажи) с учащимися, тренерско-преподавательским составом, родителями и законными представителями учащимися.

Вовлечение родителей в совместную деятельность по воспитанию здорового образа жизни у детей.

Направленное влияние на развитие личности спортсмена лишь тогда эффективно, когда оно согласуется с законами формирования личности.

Эффективное использование средств воспитания, правильное применение воспитательно-методических мер зависят от многих условий. Важнейшее субъективное условие - это знание воспитательной ситуации и существующих в данном случае компонентов воздействия, а также педагогическое мастерство.

Отсюда ясно, что педагогические и особенно теоретико-воспитательные знания и умения педагога составляют необходимую основу его эффективной воспитательной работы. Изолированное методическое мышление без понимания всего процесса образования и воспитания личности спортсмена ведет к узкому практицизму.

Правильный выбор и успешное применение методов воспитания в спорте зависят от:

- знаний и умений тренера, его педагогических способностей, методических навыков и отношения к спортсменам;
- основных убеждений спортсмена, его возраста, опыта, характера, темперамента и положения в коллективе;
- спортивного коллектива, общественного мнения в нем, развития критики и самокритики, традиций и коллективных форм поведения.

При систематизации многообразных методов воспитания необходимо исходить из двух основных моментов воспитательного процесса.

Во-первых, в процессе воспитания формируются убеждения и установки личности, которые в значительной мере влияют на поступки, действия. Они формируются на базе знаний и опыта и в то же время становятся мотивами действий, принципами деятельности, правилами поведения и основой для суждений и оценок.

Во-вторых, в процессе воспитания многие формы и черты поведения повторяются так часто, что становятся привычками личности. Из упроченных таким путем форм поведения постепенно складываются качества личности.

Предъявляя требования и осуществляя контроль в процессе воспитания, специалисту необходимо соблюдать следующие правила:

- требование должно предъявляться на основе взаимного уважения;
- требование должно быть ясным и недвусмысленным;
- требование должно соответствовать уровню развития спортсмена и коллектива;
- требование должно быть предметным и понятным спортсменам и коллективу, поэтому требования нужно объяснять;
- требование в косвенной форме может быть действенным, если оно проводится через коллектив;
- контроль должен не только регистрировать, но и вносить изменения в аспекте поставленной цели, его не следует превращать в выискивание ошибок;
- контроль не должен ограничиваться лишь внешней картиной поведения, он призван вскрывать причины;
- контроль должен побуждать спортсмена к самоконтролю, становясь неотъемлемой составной частью самовоспитания.

Суждения, преследуя цель фиксировать положительные и отрицательные особенности развития спортсмена и коллектива, служат как бы опорными пунктами для необходимых изменений воспитательных ситуаций.

В суждении всегда присутствует оценка. Поведение спортсмена сопоставляется с воспитательной целью и подвергается оценке. Такт, суждение и оценка неразрывно связаны между собой. Управление процессом воспитания не должно останавливаться на стадии суждения. Нужно постоянно давать оценку

моральных качеств поведения спортсмена. Это является необходимой составной частью педагогических действий.

Педагогические правила этических суждений и оценки:

- судить и оценивать в процессе воспитания необходимо ориентируясь на цель воспитания - это решающий критерий;
- суждение и оценка должны охватывать отдельные воспитательные явления в их взаимосвязи;
- нельзя делать опрометчивых и легкомысленных суждений и оценок, их необходимо строить на достоверных результатах контроля;
- суждение и оценки должны быть понятны спортсменам и коллективу, должны получить их признание;
- спортсменов следует воспитывать так, чтобы они приучались сами судить о своем поведении и давать ему оценку.

В воспитательной работе часто применяется похвала. Каждый факт даже простого одобрения по поводу выполненных требований вызывает у спортсменов положительный отклик. Они чувствуют себя «утвержденными» в своей установке и в поведении, это стимулирует их к дальнейшим устремлениям и действиям в том же направлении. Особенно стимулирует похвала в присутствии всего коллектива. Она побуждает к действиям и остальных членов коллектива. Однако поспешная или неоправданная похвала недопустима. Она воспринимается спортсменами, помимо всего прочего, как неумение тренера правильно оценивать воспитательную ситуацию.

Методы убеждения нацелены на изменения в сознании. В результате использования данных методов спортсмен должен действовать, руководствуясь знанием и благоразумием. Он должен быть убежден в необходимости и правильности своих установок и форм поведения в свете общественных требований.

Отсюда ясно, что в этой группе воспитательных методов доминирующее место принадлежит сообщению и усвоению важного в воспитательном отношении образовательного материала. В единстве с развитием способностей и навыков, а также с накоплением социального опыта спортсмен приобретает такие познания, которые образуют основу стойких общественных убеждений и установок.

Одна из форм убеждения - беседа со спортсменом. Беседы следует тщательно планировать и проводить целенаправленно. Их содержание определяется проблемами воспитания и намерениями воспитателя. Беседы апеллируют, прежде всего, к сознанию и морали воспитуемого. Они должны содействовать активизации его сознания, чувств, воли и поведения.

Сила личного примера тренера определяется тем, насколько последовательно он демонстрирует верность принципам и нормам морали, нравственную чистоту и действенность воли.

Спортсмен должен быть убежден, что тренер справедлив, предъявляет высокие требования к самому себе и всегда стремится к совершенствованию собственных познаний, моральных качеств, опыта и профессионального мастерства.

Весьма важные черты личности и поведения тренера - скромность и простота, требовательность и чуткость, уравновешенность и жизнеутверждающий оптимизм.

8. Инструкторская и судейская практика

Приобретение навыков судейства и самостоятельной практики проведения занятий является обязательным для всех групп подготовки, проводится с целью получения учащимися звания инструктора-общественника и судьи по спорту и последующего привлечения их к тренерской и судейской работе, а также имеет большое воспитательное значение. У занимающихся воспитывается вкус к наставничеству, сознательное отношение к тренировочному процессу и уважение к решениям судей. Навыки организации и проведения занятий и соревнований приобретаются на всем протяжении многолетней подготовки в процессе теоретических занятий и практической работы в качестве помощника тренера, инструктора, помощника судьи, секретаря, самостоятельного судейства.

Учащиеся групп спортивного совершенствования 1-3 годов обучения являются помощниками тренера в работе с начинающими спортсменами. Они должны уметь самостоятельно провести все тренировочное занятие в группах начальной подготовки или в учебно-тренировочных группах, составив при этом программу тренировки, отвечающую поставленной задаче. Наряду с хорошим показом легкоатлетических упражнений, учащиеся обязаны знать и уметь охарактеризовать методические закономерности развития быстроты, силы, выносливости, объяснить, на каком уровне ЧСС следует выполнять работу соответствующей направленности.

Спортсмены групп спортивного совершенствования должны хорошо знать правила соревнований по видам спорта и, постоянно участвуя в судействе районных, зональных и республиканских соревнований, на третьем году обучения выполнять необходимые требования для присвоения звания инструктора и судьи по спорту.

Наблюдение за проведением занятий учащимися групп спортивного совершенствования позволяет тренеру выделить из них тех, кто обладает склонностями к педагогической работе и может быть рекомендован для учебы в педагогический или физкультурный вуз.