

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА
«ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ «ЮНОСТЬ МОСКВЫ»
ДЕПАРТАМЕНТА СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ
(ГБУ ДО «ФСО «ЮНОСТЬ МОСКВЫ»)

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

ГБУ ДО «ФСО «Юность Москвы»

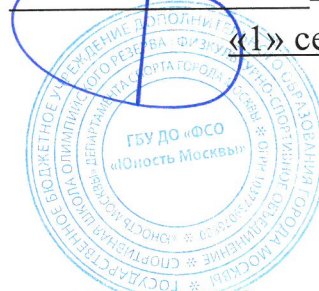
В.Д.Выборнов

«1» сентября 2023 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
УСИЛЕННОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

сведения о сертификате эп

Сертификат: 6b2d13369a19bc7e9829c3c64c5df3ca
Владелец: ГБУ ДО «ФСО «Юность Москвы»
Действителен: с 03.08.2023 по 26.10.2024



Дополнительная образовательная программа
спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (лыжные гонки)
спортивной школы олимпийского резерва «Юность Москвы»
по лыжным гонкам «Спартак»

Москва
2023

ВВЕДЕНИЕ

Настоящая программа является основным документом, определяющим направленность и содержание тренировочного и воспитательного процесса в отделении «спорт слепых» СШОР «Юность Москвы» по лыжным гонкам «Спартак» для детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам.

Программа составлена в соответствии с «Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ подготовки в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам» с учетом основных положений и требований нормативных и правовых документов:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»,
- ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спорт слепых,
- "Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.13 №1008),
- «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» (Приказ Минспорта РФ от 27.12.13 г. № 1125)

Основная цель программы: социальная адаптация и физическая реабилитация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры, достижение спортивных результатов с учетом индивидуальных способностей и особенностей ограничения в состоянии здоровья в паралимпийских зимних видах спорта (лыжные гонки).

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- удовлетворение потребности детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в занятиях физической культурой и спортом,
- формирование у детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья потребностей в физическом совершенствовании,
- осуществление спортивной подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья,
- осуществление специализированной подготовки спортсменов-инвалидов высокого класса и спортивного резерва с целью достижения высоких спортивных результатов.

Программа рассчитана на детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями функций зрения в возрасте от 9 лет.

Период освоения программы — временными границами не ограничен. Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки, предусматривающий обучение на 4 этапах:

- этап начальной подготовки,
- тренировочный этап,
- этап совершенствования спортивного мастерства,
- этап высшего спортивного мастерства.

Программа разработана с учетом следующих основных принципов спортивной подготовки:

1) принцип комплексности, который предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической, теоретической подготовок)

2) принцип преемственности, который определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения для обеспечения в многолетнем тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и технико-тактической подготовленности;

3) принцип вариативности, который предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей и особенностей ограничения в состоянии здоровья юного спортсмена, вариативность программного материала для практических занятий,

характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенных задач спортивной подготовки.

Пояснительная записка

В настоящее время «спорт слепых» включен во всероссийский реестр видов спорта. Он включает в себя дисциплину лыжные гонки, которые входят в программу зимних Паралимпийских игр.

Особенности отдельных дисциплин в спорте слепых

Лыжные гонки

Соревнования проходят на дистанциях 5, 10, 15 и 20 км, спринт классическим или свободным стилем.

Спортсмены разделены на три класса: В1 – тотально слепые, В2 и В3 - атлеты со слабым зрением. Участники соревнований должны следовать по маркированной трассе от старта до финиша и должны пройти все контрольные точки.

Для классов В1 и В2 обязателен лидер. Направление спортсмена должно осуществляться только голосом.

Особенности подготовки лиц с ограниченными возможностями

Для работы со слепым или слабовидящим спортсменом нужен зрячий сопровождающий, лидер. Незрячему лыжнику и его лидеру требуются хорошая физическая подготовка и опыт совместного катания, чтобы чувствовать себя уверенно на лыжных трассах.

При общении незрячего лыжника с его зрячим помощником не исключены осложнения психологического характера, так называемые «трения». Иногда появление слепого лыжника на лыжне или его присутствие в коллективе незнакомых зрячих спортсменов может вызвать неадекватную и обидную реакцию с их стороны. Все эти специфические трудности нужно научиться преодолевать.

Высокие требования предъявляются к лидеру. Спортсмен-лидер должен сам иметь опыт занятий лыжными гонками, обладать способностью пробудить, развить и поддержать интерес незрячего человека к этому виду спорта. Зрячий инструктор должен пройти специальную подготовку, чтобы стать лидером незрячего лыжника.

Комплектование групп и установление недельной тренировочной нагрузки осуществляется в соответствии с группой, которые формируются по степени ограничения функциональных возможностей.

I. Общие положения

1.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке в следующих дисциплинах в соответствии с Всероссийским реестром видов спорта (Таблица 1) с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденным приказом Минспорта России 30 ноября 2022 г. № 1100/1 (далее – ФССП).

Таблица 1

Наименование спортивной дисциплины	Номер-код спортивной дисциплины
Лыжные гонки – классический стиль 5 км (В1, В2, В3)	115 116 3 7 1 1 Я
Лыжные гонки – классический стиль спринт (В1, В2, В3)	115 125 3 7 1 1 Я
Лыжные гонки – классический стиль 7,5 км (В1, В2, В3)	115 289 3 7 1 1 Ж
Лыжные гонки – классический стиль 10 км (В1, В2, В3)	115 118 3 7 1 1 Ф
Лыжные гонки – классический стиль 15 км (В1, В2, В3)	115 120 3 7 1 1 Ж
Лыжные гонки – классический стиль 20 км (В1, В2, В3)	115 122 3 7 1 1 М
Лыжные гонки – свободный стиль 5 км (В1, В2, В3)	115 117 3 7 1 1 Я

Лыжные гонки – свободный стиль спринт (B1, B2, B3)	115 126 3 7 1 1 Я
Лыжные гонки – свободный стиль 7,5 км (B1, B2, B3)	115 288 3 7 1 1 Ж
Лыжные гонки – свободный стиль 10 км (B1, B2, B3)	115 119 3 7 1 1 Ф
Лыжные гонки – свободный стиль 15 км (B1, B2, B3)	115 121 3 7 1 1 Ж
Лыжные гонки – свободный стиль 20 км (B1, B2, B3)	115 123 3 7 1 1 М
Лыжные гонки – эстафета 3 этапа (B1, B2, B3)	115 124 3 7 1 1 Я

1.2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки, а также спортивная подготовка спортсменов высокого класса, способных войти кандидатами в составы спортивных сборных команд города Москвы и Российской Федерации.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

2.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – обучающийся), в группах на этапах спортивной подготовки.

Таблица 2

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку	Класс	Наполняемость (человек)
Для спортивных дисциплин «лыжные гонки»				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	B3	6
			B2	4
			B1	1
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	B3	2
			B2	2
			B1	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	B3	2
			B2	1
			B1	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	B3	2
			B2	1
			B1	1

2.2. Объем Программы.

Таблица 3

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	До гола	Свыше гола	До гола	Свыше гола	
					Этап высшего спортивного мастерства

Количество часов в неделю	4-6	6-8	8-10	10-12	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки
Общее количество часов в год	208-312	312-416	416-520	520-624	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки	выполнение индивидуального плана спортивной подготовки

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

Учебно-тренировочные занятия: – Групповые учебно-тренировочные занятия; – Индивидуальные учебно-тренировочные занятия; – Самостоятельная работа занимающихся (продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки); – Теоретические занятия; – Индивидуальные уроки; – Совместные учебно-тренировочные занятия; – Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки (в обязательном порядке осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства).

2.4. Учебно-тренировочные мероприятия:

Таблица 4

N п/п	Вид учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям				
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям			21	21
1.2	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России		14	18	21
1.3	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим		14	18	18

	-всероссийским спортивным соревнованиям				
1.4	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации		14	14	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия					
2.1	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке		14	18	18
2.2	Восстановительные мероприятия			До 10 суток	
2.3	Мероприятия для комплексного медицинского обследования			До 3 суток, но не более 2 раз в год	
2.4	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд, но не более 2 учебно-тренировочных мероприятий в год			
2.5	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия		До 60 суток		

2.5. Спортивные соревнования: Объем соревновательной деятельности

Таблица 5

Виды спортивных соревнований	Этапы спортивной подготовки и количество соревнований			
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
Контрольные	1	1	2	5
Отборочные		3	3	4
Основные		1	2	4

2.6. Годовой учебно-тренировочный план.

Таблица 6

№	Виды спортивной	Этапы и годы спортивной подготовки
---	-----------------	------------------------------------

п/п	подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1	Общая физическая подготовка (%)	55-61	25-30	15-23	15-23
2	Специальная физическая подготовка (%)	20-22	20-25	25-32	25-27
3	Участие в спортивных соревнованиях (%)		10-12	3-7	5-9
4	Техническая подготовка (%)	10-13	20-30	25-30	25-30
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-4	5-12	8-16	8-16
6	Инструкторская и судейская практика (%)		1-2	2-3	2-3
7	Медицинские, медикобиологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-8	4-8	4-8	4-8
8	Интегральная подготовка (%)	1-4	3-6	4-8	6-10

2.7. Календарный план воспитательной работы.

Таблица 7

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Профориентационная деятельность		
1.1	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
1.2	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и	В течение года

		проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе;	
2	Здоровьесбережение		
2.1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта;	В течение года
2.2	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета);	В течение года
3	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	В течение года

	обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)		
3.2	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;	В течение года
4	Развитие творческого мышления		
4.1	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов	В течение года

2.8. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

План профилактических антидопинговых мероприятий (Таблица 8) составлен в соответствии с требованиями:

- Всемирного антидопингового Кодекса (далее Кодекса);
- Общероссийских антидопинговых правил;
- Антидопинговых правил Международной федерации «Спорта слепых»: <https://ibsasport.org/anti-doping-and-classification/classification/rules-forms-and-manuals/>;
<https://ibsasport.org/anti-doping-and-classification/anti-doping/overview/>;
<https://ibsasport.org/anti-doping-and-classification/anti-doping/whistleblowing/>; <https://ibsasport.org/anti-doping-and-classification/anti-doping/testing-procedures/>;

- Международного стандарта по образованию Всемирного антидопингового Кодекса.

План предусматривает освоение спортсменами следующих тем:

- Принципы и ценности, связанные с чистым спортом;
- Права, обязанности и ответственность спортсменов;
- Нарушения антидопинговых правил. Как сообщить о них;
- Последствия нарушений антидопинговых правил, их влияние на физическое и психическое здоровье; социальные, экономические последствия и санкции;
- Субстанции и методы, включенные в Запрещенный список;
- Риски использования БАД;

- Использование лекарственных средств и Разрешение на терапевтическое использование запрещенных субстанций;
- Процедура допинг-контроля;
- Понятие о путях тестирования и предоставление информации о местонахождении.

Лицо, проводящее профилактическое антидопинговое мероприятие, должно обладать соответствующей квалификацией, подтвержденной антидопинговой организацией либо уполномоченным ею образовательным учреждением.

Таблица 8

Этап спортивной подготовки	№ темы, форма мероприятия, вопросы	Сроки проведения	Кто проводит
Этап начальной подготовки и 9-14 лет	1. Игровые мероприятия. - Ценности спорта и принципы честной игры: https://rusada.ru/upload/medialibrary/389/Веселые%20старты.pdf 1. Лекция. - История допинга. Ценности спорта. Причины введения антидопинговых правил. Игровые мероприятия. - Ценности спорта и принципы честной игры: https://rusada.ru/upload/medialibrary/389/Веселые%20старты.pdf 4. Лекция. - Влияние допинга на здоровье спортсмена. Понятие о дисквалификации	январь	Специалисты Москомспорта и РАА «РУСАДА»
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1. Лекция. - История допинга. Ценности спорта. Причины введения антидопинговых правил. Кодекс как основа всемирной антидопинговой программы. 2. Лекция. - Базовые права и основные обязанности спортсменов. Как сообщить о допинге. 3. Лекция. - Виды нарушений антидопинговых правил. Современное определение допинга. 4. Лекция. - Влияние допинга на здоровье спортсмена. Спортивные санкции за нарушения антидопинговых правил. 5. Лекция. - Запрещенный список как международный стандарт. Классификация веществ и методов Запрещенного списка. Распространенные вещества Запрещенного списка. 6. Лекция. - Плюсы и минусы использования БАД.	октябрь, январь	Специалисты Москомспорта и РАА «РУСАДА»
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего	1. Лекция. - История допинга. Ценности спорта. Причины введения антидопинговых правил. Образование и допинг-контроль: два направления антидопинговой деятельности. Антидопинговые организации. Всемирная антидопинговая программа и ее составляющие. 2. Лекция - Акт об антидопинговых правах спортсменов.	октябрь, декабрь, февраль	Специалисты Москомспорта и РАА «РУСАДА»

спортивно го мастерств а	Ответственность спортсменов согласно Кодексу. Как сообщить о допинге – юридические и этические аспекты. 3. Лекция - Виды нарушений антидопинговых правил. Современное определение допинга. 4. Лекция - Влияние допинга на здоровье спортсмена. Виды санкций за нарушения антидопинговых правил – спортивные, административные, уголовные. 5. Лекция - Запрещенный список как международный стандарт. Классификация веществ и методов Запрещенного списка, критерии их включения. Распространенные вещества Запрещенного списка. 6. Лекция - Отличие БАД от лекарственных средств. Отсутствие гарантий допинговой чистоты БАД. 7. Лекция с элементами интерактива - Порядок назначения лекарственных средств. Распространенные лекарственные препараты, содержащие вещества Запрещенного списка. Участие спортсмена в оформлении разрешения на терапевтическое использование запрещенных субстанций. 8. Лекция с элементами интерактива - Стадии и процессы допинг-контроля: - планирование тестирования, - тестирование, - расследования, - предоставление информации о местонахождении, - разрешение на терапевтическое использование, - отбор и обращение с пробами, - лабораторный анализ, - обработка результатов, - необходимые расследования или разбирательства, - окончательное решение по апелляции, - приведение в исполнение последствий нарушения. - Участие спортсмена в процессе тестирования: получение уведомления, сдача пробы, заполнение протокола допинг-контроля. Правила поведения спортсмена. 9. Лекция - Международный и национальный пулы тестирования, их отличия. Необходимость регистрации в ADAMS для спортсменов, состоящих в пулах тестирования. Требования к предоставлению данных о местонахождении.		
---	---	--	--

Обучающимся рекомендовано ежегодное прохождение образовательных онлайн-курсов РАА «РУСАДА» «Ценности спорта» (для спортсменов в возрасте от 7 до 13 лет включительно) или «Антидопинг» (для спортсменов в возрасте от 13 лет) с получением соответствующего сертификата.

2.9. План инструкторской и судейской практики.

Навыки инструкторской практики осваиваются на учебно-тренировочном этапе спортивной подготовки (этапе спортивной специализации). На этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства эти навыки закрепляются.

На учебно-тренировочном этапе спортивной подготовки (этапе спортивной специализации) необходимо привлекать обучающихся к судейству соревнований в группах начальной подготовки. Для этого нужно провести инструктаж в форме беседы или лекции и дать изучить правила соревнований, отметив при этом основные пункты, на которые следует обратить внимание. Изучение правил должно проходить последовательно от раздела к разделу. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечения занимающихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и другой группах, ведение протоколов соревнований.

Для проведения занятий по инструкторской и судейской практике привлекаются обучающиеся, в качестве помощников тренера-преподавателя. Во время занятий у обучающиеся вырабатывается способность наблюдать за выполнением упражнений и соревновательных программ другими обучающимися, находить и анализировать ошибки, предлагать способы их устранения.

Обучающиеся, проводя учебно-тренировочные занятия в качестве помощника тренера-преподавателя, должны уметь подбирать упражнения для разминки, составлять конспекты занятий, комплексы тренировочных упражнений, проводить учебно-тренировочные занятия в группах этапа начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации).

На этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства обучающиеся привлекаются к судейству школьных, межшкольных, городских соревнований в качестве судей. Они должны знать правила соревнований, обязанности судей, работу секретариата, а также правила оценки упражнений, выполненных обучающимися.

Результатом инструкторской и судейской практики должно являться присвоение обучающимся групп совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства званий инструкторов по спорту и судей по спорту.

Судейская категория присваивается после прохождения судейского семинара и сдачи экзамена.

№	Задачи	Виды практических заданий	Сроки	Ответственный
Группы Учебно-тренировочного этапа (ЭСС) (все периоды)				
1	Освоение методики проведения учебно-тренировочных занятий по избранному виду спорта с начинающими обучающимися	1. Самостоятельное проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия. 2. Самостоятельное проведение занятий по физической подготовке. 3. Обучение основным техническим элементам и приемам. 4. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств. 5. Подбор упражнений для совершенствования техники. 6. Ведение дневника самоконтроля учебно-тренировочных занятий.	В соответствии с планом спортивной подготовки	Тренеры-преподаватели, инструктор-методист
Группы ССМ, ВСМ				
1	Освоение методики проведения спортивно-массовых мероприятий в	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий под	В соответствии	Тренеры-преподаватели,

	физкультурно-спортивной организации или образовательном учреждении	руководством тренера-преподавателя	и с планом спортивной подготовки	инструктор-методист
2	Выполнение необходимых требований для присвоения судейской категории по виду спорта	Судейство соревнований в физкультурно-спортивных организациях	В соответствии и с планом спортивной подготовки	Тренеры-преподаватели

2.10. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Психолого-педагогическое и медико-биологические средства: Упражнения на растяжение; Разминка; Массаж: восстановительный массаж, возбуждающий точечный массаж в сочетании с классическим массажем (встряхивание, разминание), локальный массаж; Психорегуляция мобилизующей направленности; Чередование учебно-тренировочных нагрузок по характеру и интенсивности; Комплекс восстановительных упражнений – ходьба, дыхательные упражнения, душ-теплый/прохладный; Сбалансированное питание, витаминизация, щелочные минеральные воды.	В течении года	Тренеры-преподаватели, врач по спортивной медицине

III. Система контроля

По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки обучающемуся, необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

3.1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «спорт слепых» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта «спорт слепых»;
- принять участие в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на другие этапы НП и на учебно-тренировочной этап (этап спортивной специализации).

3.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «спорт слепых» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «спорт слепых»;
- 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 приоритетно, не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях приоритетно, не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на другие учебно-тренировочные этапы, этап совершенствования спортивного мастерства.

3.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- приобрести знания и навыки оказания первой доврачебной помощи;
- овладеть теоретическими знаниями о правилах вида спорта «спорт слепых»;
- 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;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в официальных спортивных соревнованиях;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» не реже одного раза в три года;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях приоритетно, не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

3.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- совершенствовать уровень общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий (включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий, восстановления и питания;
- выполнить план индивидуальной подготовки;
- знать и соблюдать антидопинговые правила, не иметь нарушений таких правил;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях приоритетно, не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований;
- показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного звания «мастер спорта России» или выполнить нормы и требования, необходимые для присвоения спортивного звания «мастер спорта России международного класса» не реже одного раза в три года;
- достичь результатов уровня спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации и (или) спортивной сборной команды Российской Федерации;
- демонстрировать высокие спортивные результаты в региональных, межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

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

Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки:

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «спорт слепых»

Таблица 9

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
Лыжные гонки (класс В1)				
1	Бег на 15 м	с.	Без учета времени	
2	Челночный бег 3х10м	с.	Без учета времени	
3	Бег на 400 м	мин., с.	Без учета времени	
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			5	
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			5	
6	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	Не менее	
			1	
7	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	Не менее	
			1	
Лыжные гонки (класс В2, В3)				
1	Бег на 15 м	с.	Без учета времени	
2	Челночный бег 3х10м	с.	Без учета времени	
3	Бег на 400 м	мин., с.	Без учета времени	
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			12	
5	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			10	
6	Прыжок в длину с места (в координации)	количество раз	Не менее	
			1	
7	Прыжок вверх с места (в координации)	количество раз	Не менее	
			1	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «спорт слепых»

Таблица 10

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
Лыжные гонки (класс В1)				
1	Бег на 30 м	с.	Не более	
			8,0	
2	Бег на 60 м	с.	Не более	
			17,0	
3	Челночный бег 3x10м	с.	Не более	
			15,0	
4	Бег на 400 м	мин., с.	Не более	
			3,0	
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее	
			2	-
6	Подтягивание из виса	количество раз	Не менее	

	лежа на низкой перекладине		-	2
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			10	
8	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			7	
9	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			125	
10	Прыжок вверх с места	см	Не менее	
			25	
Лыжные гонки (класс В2, В3)				
1	Бег на 30 м	с.	Не более	
			6,0	
2	Бег на 60 м	с.	Не более	
			12,0	
3	Челночный бег 3х10м	с.	Не более	
			15,0	
4	Бег на 400 м	мин., с.	Не более	
			2,0	
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее	
			3	
6	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	Не менее	
			3	
7	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			12	
8	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			12	
9	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			130	
10	Прыжок вверх с места	см	Не менее	
			35	
Уровень спортивной квалификации				
1	Период обучения на этапе спортивной подготовке (до трех лет)	Не устанавливается		
2	Период обучения на этапе спортивной подготовке (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «спорт слепых»

Таблица 11

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
Лыжные гонки (класс В1)				
1	Бег на 100 м	с.	Не более	
			19,0	
2	Бег на 1500 м	мин., с.	Не более	
			8,30	
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее	
			7	-
4	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см.	количество раз	Не менее	
			-	25
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			15	
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			15	
7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			130	
8	Прыжок вверх с места	см	Не менее	
			35	
Лыжные гонки (класс В2, В3)				
1	Бег на 100 м	с.	Не более	
			18,0	
2	Бег на 1500 м	мин., с.	Не более	
			7,30	
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее	
			9	
4	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	Не менее	
				15
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			20	
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			20	
7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			140	
8	Прыжок вверх с места	см	Не менее	
			40	
Уровень спортивной квалификации				
1	Спортивный разряд «Кандидат в мастера спорта»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные звания) для зачисления и перевода
на этап высшего спортивного мастерства
по виду спорта «спорт слепых»**

Таблица 12

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			Юноши	Девушки
Лыжные гонки (класс В1)				
1	Бег на 100 м	с.	Не более	
			19,0	
2	Бег на 1500 м	мин., с.	Не более	
			8,30	
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее	
			9	-
4	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см.	количество раз	Не менее	
			-	15
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			15	
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			15	
7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			130	
8	Прыжок вверх с места	см	Не менее	
			35	
Лыжные гонки (класс В2, В3)				
1	Бег на 100 м	с.	Не более	
			18,0	
2	Бег на 1500 м	мин., с.	Не более	
			7,30	
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	Не менее	
			9	
4	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	количество раз	Не менее	
				15
5	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	Не менее	
			20	
6	Поднимание туловища из положения лежа на спине	количество раз	Не менее	
			20	
7	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			140	
8	Прыжок вверх с места	см	Не менее	
			40	
Уровень спортивной квалификации				
1	Спортивное звание «мастер спорта России»			

IV. Рабочая программа по виду спорта «спорт слепых»

Таблица 13

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/свыше одного года обучения:	≈120/180		
	История возникновения вида спорта «спорт слепых» и его развитие	≈ 13/20	Сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта слепых. Дисциплины спорта слепых. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Паралимпийских игр.
	Физическая культура –важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	≈ 13/20	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	≈ 13/20	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	≈ 13/20	Декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.
	Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	≈ 13/20	Январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения по спортивным дисциплинам по виду спорта «спорт слепых»	≈ 13/20	Май	Понятие о спортивных дисциплинах вида спорта «спорт слепых». Теоретические знания по подготовке в спортивных дисциплинах вида спорта слепых.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта «спорт слепых»	≈ 14/20	Июнь	Классификация спортивных соревнований в спортивных дисциплинах. Команды спортивных судей. Положение о спортивном соревновании по спортивным дисциплинам. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных

				судейских бригад в спортивных дисциплинах. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях в спортивных дисциплинах по виду спорта «спорт слепых».
	Режим дня и питание обучающихся	≈ 14/20	Август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до двух лет обучения/свыше двух лет обучения:	≈600/960		
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈ 70/107	Сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История Возникновения паралимпийского движения	≈ 70/107	Октябрь	Зарождение паралимпийского движения. Международная федерация спорта слепых (ИБСА).
	Режим дня и питание обучающихся	≈ 70/107	Ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Физиологические основы физической культуры	≈ 70/107	Декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈ 70/107	Январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники в спортивных дисциплинах спорта слепых	≈ 70/107	Май	Спортивная техника и тактика в спортивных дисциплинах по виду спорта «спорт слепых». Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая	≈ 60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая

	подготовка			психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта «спорт слепых»	≈ 60/106	Декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
	Правила вида спорта «спорт слепых»	≈ 60/106	Декабрь-май	Характер соревнований. Возрастные группы. Правила соревнований по спортивным дисциплинам. Особенности судейства. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.
Этап совершенствования спортивного мастерства	Всего на этапе совершенствования спортивного мастерства:	≈ 1200		
	Паралимпийское движение. Роль и место физической культуры в обществе. Состояние современного спорта	≈ 200	Сентябрь	Паралимпизм как метафизика спорта. Социокультурные процессы в современной России. Влияние на развитие международных спортивных связей и системы спортивных соревнований.
	Профилактика травматизма. Перетренированность/неотренированность	≈ 200	Октябрь	Понятие травматизма. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈ 200	Ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
	Психологическая подготовка	≈ 200	Декабрь	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности. Классификация средств и методов психологической подготовки обучающихся.
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	≈ 200	Январь	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфический и интегральный

				продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	≈ 200	Февраль-май	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.
	Восстановительные средства и мероприятия	в переходный период спортивной подготовки		Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения восстановительных средств.
	Всего на этапе высшего спортивного мастерства:	≈ 600		
	Физическое, патриотическое, нравственное, правовое и эстетическое воспитание в спорте. Их роль и содержание в спортивной деятельности	≈ 120	Сентябрь	Задачи, содержание и пути патриотического, нравственного, правового и эстетического воспитания на занятиях в сфере физической культуры и спорта. Патриотическое и нравственное воспитание. Правовое воспитание. Эстетическое воспитание.
	Социальные функции спорта	≈ 120	Октябрь	Общие социальные функции спорта (воспитательная, оздоровительная, эстетическая функции). Функция социальной интеграции и социализации личности.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈ 120	Ноябрь	Индивидуальный план спортивной подготовки. Ведение Дневника обучающегося. Классификация и типы

				спортивных соревнований. Понятия анализа, самоанализа учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.
	Подготовка обучающегося как многокомпонентный процесс	≈ 120	Декабрь	Современные тенденции совершенствования системы спортивной тренировки. Спортивные результаты – специфический и интегральный продукт соревновательной деятельности. Система спортивных соревнований. Система спортивной тренировки. Основные направления спортивной тренировки.
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта	≈ 120	Май	Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений. Сравнительная характеристика некоторых видов спорта, различающихся по результатам соревновательной деятельности
	Восстановительные средства и мероприятия	в переходный период спортивной подготовки		Педагогические средства восстановления: рациональное построение учебно-тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организация активного отдыха. Психологические средства восстановления: аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика. Медико-биологические средства восстановления: питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины. Особенности применения различных восстановительных средств. Организация восстановительных мероприятий в условиях учебно-тренировочных мероприятий

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

5.1. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых» основаны на особенностях вида спорта «спорт слепых» и его

спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «спорт слепых», по которым осуществляется спортивная подготовка.

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта «спорт слепых» и участия

В официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «спорт слепых» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых».

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

6.1. Для реализации программы Учреждение обладает условиями, соответствующими требованиям федерального стандарта спортивной подготовки по спорту слепых.

Программа реализуется на базах (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие тренировочного спортивного зала;
- бассейн плавательный 50 или 25 метров;
- наличие тренажерного зала;
- легкоатлетический манеж (ядро);
- открытый легкоатлетический стадион;
- прилегающие территории к спортивным объектам;
- парки и лесополосы;
- наличие раздевалок, душевых;
- восстановительные центры;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238);

6.2. Кадровые условия реализации Программы. Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

6.3. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519), профессиональным

стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

6.4. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «спорт слепых», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

VII. Информационно-методические условия реализации Программы

- Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых», утвержденный приказом Министерства спорта РФ от 30 ноября 2022 г. № 1100
- Федеральный закон РФ от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- Федеральный закон РФ от 30 апреля 2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Минспорттуризма России от 04.05.2009 г. № 157 «Об утверждении содержания этапов спортивной подготовки»
- Всероссийский реестр видов спорта
- Единая всероссийская спортивная классификация

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица 14

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Амортизатор резиновый	Штук	
2.	Биатлонная установка	комплект	
3.	Бревно гимнастическое	Штук	
4.	Брусья гимнастические	Штук	
5.	Весы медицинские	Штук	
6.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	
7.	Гантели переменной массы (от 3 до 12 кг)	комплект	
8.	Доска информационная	Штук	
9.	Жилет с отягощением	Штук	
10.	Зеркало настенное (0,6х2м)	Штук	
11.	Измеритель скорости ветра	Штук	
12.	Конь гимнастический	Штук	
13.	Крепления лыжные для классического хода	пар	
14.	Крепления лыжные для конькового хода	пар	
15.	Кушетка массажная	Штук	
16.	Лыжероллеры для классического хода	пар	
17.	Лыжероллеры для конькового хода	пар	

18.	Лыжи гоночные	пар	
19.	Лыжные палки для классического и конькового хода	пар	
20.	Мат гимнастический	Штук	
21.	Мостик гимнастический	Штук	
22.	Мяч баскетбольный	Штук	
23.	Мяч волейбольный	Штук	
24.	Мяч (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	
25.	Мяч теннисный	Штук	
26.	Мяч футбольный	Штук	
27.	Палка гимнастическая	Штук	
28.	Перекладина гимнастическая	Штук	
29.	Пояс утяжелительный	Штук	
30.	Рулетка металлическая	Штук	
31.	Секундомер	Штук	
32.	Скамейка гимнастическая	Штук	
33.	Снегоход	Штук	
34.	Стенка гимнастическая	Штук	
35.	Стол для подготовки лыж	комплект	
36.	Термометр наружный	Штук	
37.	Флажки для разметки лыжных трасс	комплект	
38.	Электромегафон	Штук	
39.	Эспандер лыжника	Штук	

Обеспечение спортивной экипировкой необходимой для прохождения спортивной подготовки

Таблица 15

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствова ния спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	Срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)	количество	Срок эксплуатации (лет)
1	Крепления лыжные для классического хода	Пар	На обучающегося			3	1	4	1	5	1
2	Крепления лыжные для конькового хода	Пар	На обучающегося			3	1	4	1	5	1
3	Лыжи гоночные	Пар	На обучающегося			3	1	4	1	5	1
4	Палки для классического хода и конькового хода	Пар	На обучающегося			4	1	4	1	6	1
Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
1	Ботинки лыжные для классического хода	Пар	На обучающегося			2	1	2	1	2	1
2	Ботинки лыжные для конькового хода	Пар	На обучающегося			2	1	2	1	2	1
3	Комбинезон для лыжных гонок	штук	На обучающегося			1	2	1	2	2	2

4	Костюм ветрозащитный	штук	На обучающегося			1	2	1	2	1	2
5	Кроссовки для зала	Пар	На обучающегося			2	1	2	1	2	1
6	Кроссовки легкоатлетические	Пар	На обучающегося			1	1	2	1	2	1
7	Очки солнцезащитные	штук	На обучающегося			1	1	1	1	1	1
8	Перчатки лыжные	Пар	На обучающегося			1	2	2	1	3	1
9	Термобелье спортивное	Комплект	На обучающегося			1	2	1	1	2	1
10	Чехол для лыж	штук	На обучающегося			1	3	1	2	2	2
11	Шапка гоночная	штук	На обучающегося			1	3	1	3	2	3