

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования г. Астрахани
«Спортивная школа №11 «Арена»**

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 6 от 27.12.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО «СШ №11 «Арена»
Г.С. Лисунов
приказ от 29.12.2023 г. № 182/23



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
по виду спорта «Американский футбол»,
дисциплина «Флаг-футбол»**

**(на основе федерального стандарта спортивной подготовки
по виду спорта «Американский футбол» от 15.11.2022 г. №982,
зарегистрирован Министерством юстиции РФ №71470 от 13.12.2022 г.)**

Срок реализации программы – 2 года

Возраст занимающихся – от 6 лет

**г. Астрахань
2023 год**

I. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Американский футбол» - дисциплина «Флаг-футбол» (далее - Программа) предназначена для реализации в МБУ ДО г. Астрахани «Спортивная школа № 11 «Арена».

1.1. Нормативно-правовая база.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ № 273);
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. N 678-р (далее — Концепция);
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступает в силу с 01.03.2023 г.);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (далее — приказ № 816);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», (с изменениями на 30.12.2022 г.;
- Постановлением администрации МО «Город Астрахань» от 21.01.2015 г. № 252 «О системе оплаты труда работников муниципальных организаций города Астрахани, оказывающих услуги в сфере физической культуры и спорта» (с изменениями);
- Положением о приеме, переводе и отчислении обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

1.2. основополагающие принципы программы:

- Комплексность предусматривает тесную взаимосвязь всех видов подготовки для всестороннего развития занимающихся (общей и специальной физической подготовки, технико-тактической, теоретической, воспитательной работы, медико-педагогического контроля).
- Преимственность - определяет последовательность изложения программного материала по годам обучения, для обеспечения в многолетнем процессе спортивной подготовки преимственности задач, средств и методов, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности.
- Вариативность - предусматривает, в зависимости от индивидуальных особенностей включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок.

1.3. Адресат программы.

Программа предназначена для детей в возрасте от 6 лет. Программа разработана и обоснована целесообразностью как разновозрастного, так и разновозрастного состава групп. Зачисление в учебную группу оформляется по личному заявлению родителя (законного представителя) ребенка или лица его заменяющего (опекуна), попечителя и предоставления медицинской справки от врача и отсутствия противопоказаний к данному виду спорта.

1.4. Срок реализации программы, объем, наполняемость групп, форма обучения, форма занятий, режим занятий.

1.4.1. Срок реализации программы, объём:

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Годовой учебный план рассчитан на 36 недель, годовая нагрузка составляет 216 часов. Недельная нагрузка 6 часов (3 раза в неделю по 2 часа с переменой 10 минут).

Продолжительность занятий 1 час - 35 минут

1.4.2. Наполняемость групп: Группы формируются составом 14 человек.

1.4.3. Форма обучения: очная

1.4.4. Формы организации занятий:

Занятия могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом.

По типу занятия могут быть: комбинированными, практическими, контрольными, тренировочными, теоретическими, диагностическими. При реализации Программы могут быть использованы различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение с учетом требований, установленных законодательством РФ.

1.4.5. Расписание занятий в группах составляется тренером-преподавателем, с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в общеобразовательном учреждении.

Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю	Срок реализации программы	Возрастной состав	Наполняемость групп (кол-во человек)
216	6	2 год	от 6 лет	14 человек

Программа представляет собой единую организационную систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки обучающихся, которая основана на целенаправленной двигательной активности: оптимальное соотношение процессов учебного занятия, воспитания физических качеств и формирования двигательных умений, навыков.

II. Цель программы, задачи, структура занятия

2.1 Цель программы: привлечение детей к регулярным занятиям физической культурой посредством организованных занятий американским футболом.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья, содействие физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- обучение основам техники американского футбола, развитие двигательных и координационных способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

2.2. Задачи программы

Образовательные: формирование необходимых теоретических знаний; обучение технике и тактике флаг-футбола, обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Воспитательные: воспитание моральных и волевых качеств, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи, формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям флаг-футболом, формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Развивающие: развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости), повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта, совершенствование навыков и умений в флаг-футболе.

2.3. Структура занятия

Занятие состоит из трех частей:

Подготовительная часть - разминка, предназначена для организации группы (групповой метод) и мобилизации внимания занимающихся, объяснения задач занятия, разогревания, и подготовки организма занимающихся к предстоящей работе, применяются упражнения умеренной интенсивности.

Основная часть занятий - решаются три задачи: овладение техническими и практическими навыками и их совершенствование, психологическая подготовка, выработка способности к перенесению высокого психологического напряжения, развития быстроты реакции, выполнения двигательной задачи, выполнение рациональных движений, координации, ловкости, гибкости, скоростно-силовых способностей, качеств, и скоростной выносливости.

Самая продолжительная по времени и большая по нагрузке. В этой части совершенствуются специальные технические и морально-волевые качества, тактико-техническое мастерство. Обучающиеся учатся применять полученные знания в сложных условиях схватки.

Продолжительность основной части занятий зависит от числа занимающихся, их натренированности, задач, стоящих перед ними, а также от обеспеченности тренировочного зала необходимым спортивным инвентарем.

В заключительную часть входит постепенное снижение нагрузки, подведение организма к нормальному состоянию, для чего применяются различные дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и упражнения меньшей интенсивности. В конце заключительной части занятий полезно подвести итоги всего тренировочного занятия.

III. Содержание программы

3.1. Учебный план

Содержание занятий	Количество часов
Количество учебных недель	36
Общее количество часов в год из них:	216
Теоретическая подготовка	15
Практическая подготовка:	
- Общая физическая подготовка	110
- Специальная физическая подготовка	56
- Техничко-тактическая подготовка	35

Календарный учебный график на 36 недель.

№ п/п	Занятия	месяц									Итого
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	
1	Теоретическая подготовка (основы знаний)	3	2	2	2	2	2	2	-	-	15
2.	Практическая подготовка										201
2.1.	Общезначительная подготовка	14	12	12	12	12	12	12	12	12	110
2.2.	Специальная физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	8	56
2.3.	Технико-тактическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	3	35
Всего часов:											216

3.2. Содержание учебного плана

№ п/п	Название раздела, тема	Всего
1	Теория	15
	Вводное занятие. Знакомство с историей, достижениями и традициями СШ № 11. Правила поведения в СШ № 11, на учебно-тренировочных занятиях. Права и обязанности обучающихся. Знакомство с видом спорта флаг-футбол. Инструктаж по технике безопасности на занятиях каратэ. Правила дорожного движения	2
	Уход за спортивным инвентарём и оборудованием. Требования к спортивной одежде, оборудованию и инвентарю. Правила бокса. Организация и проведение соревнований. Правила игры, судейство, виды соревнований	2
	История флаг-футбола и его развитие в России и мире.	2
	ФК и спорт в России, их роль в современном обществе.	2
	Режим дня и питание спортсмена.	2
	Краткие сведения о строении и функциях человеческого организма. Самоконтроль в процессе занятий ФК и спортом.	1
	Врачебный контроль и самоконтроль	2
	Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена	2
2	Тактическая подготовка	17
	Теория и практика нападения	6
	Теория и практика защиты	6
	Судейская практика	5
3	Общая физическая подготовка	110
	Строевые упражнения: построения и перестроения на месте и в движении, повороты на месте и в движении, различные виды ходьбы и бега.	6
	Общеразвивающие упражнения без предметов	10
	Общеразвивающие упражнения с предметами	10
	Акробатические упражнения	10

	Упражнения для развития мышц и костно-связочного аппарата плечевого пояса и рук	10
	Упражнения для развития мышц туловища	10
	Упражнения для развития мышц и костно-связочного аппарата ног	10
	Упражнения на растягивание, расслабление и координацию движений:	10
	Упражнения на формирование правильной осанки	6
	Упражнения в равновесии	10
	Подвижные игры и эстафеты	10
	Легкоатлетические упражнения	4
	Спортивные игры	4
4	Специальная физическая подготовка	56
5	Техническая подготовка	18
	ИТОГО:	216

Теоретическая подготовка

Вводное занятие. Знакомство с историей, достижениями и традициями СШ № 11. Правила поведения в СШ № 11, на учебно-тренировочных занятиях. Права и обязанности обучающихся. Знакомство с видом спорта флаг-футбол. Инструктаж по технике безопасности. Инструктаж по технике безопасности при занятиях флаг-футболом. Правила поведения в СШ №11 на учебно-тренировочных занятиях. Правила дорожного движения. Правила поведения на тротуаре. Сигналы светофора и регулировщика. Правила перехода проезжей части по регулируемому пешеходному переходу. Правила перехода проезжей части по нерегулируемому пешеходному переходу. Правила перехода проезжей части при выходе из общественного транспорта. Правила при движении на велосипеде. Ответственность за нарушение правил дорожного движения. Места занятий, оборудование, инвентарь. Спортивный зал для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по боксу. Уход за спортивным инвентарем и оборудованием. Требования к спортивной одежде, оборудованию и инвентарю.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Общеразвивающие упражнения должны быть направлены на всестороннее физическое развитие занимающихся: равномерное развитие мышечной системы, укрепление костно-связочного аппарата, развитие большой подвижности в суставах, координации движений и умения сохранять равновесие, а также улучшение функции сердечно-сосудистой системы и органов дыхания.

- Упражнения для комплексного развития качеств. Строевые упражнения. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Изменение скорости движения строя.

Общеразвивающие упражнения

- Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах. Упражнения на гимнастической стенке, лазанье по канату с помощью и без помощи ног.

- Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 метров со старта и с ходу с максимальной скоростью; Выполнение ОРУ в максимальном темпе, прыжки в длину и высоту с места.

- Упражнения для развития гибкости. ОРУ с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения рук до предела, мост). Упражнения на гимнастической стенке и скамейке.
- Упражнение для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Перекаты, кувырки.
- Упражнение для развития скоростно-силовых качеств. Эстафеты комбинированные с бегом, прыжками, перелазанием.
- Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 метров.
- Упражнения других видов спорта. Спортивные игры – футбол, баскетбол, ручной мяч. Элементы гимнастики, акробатики. Подвижные игры и эстафеты.

Специальная физическая подготовка

Технико-тактическая подготовка

Участие в соревнованиях проводится согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий СШ № 11.

IV. Воспитательная работа и антидопинговая программа.

Главной задачей в занятии с юными спортсменами является воспитание моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании играет непосредственная спортивная деятельность. Формирование чувства ответственности перед товарищами, обществом и нравственных качеств личности должно осуществляться одновременно с развитием волевых качеств.

Воспитание дисциплинированности следует начинать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, хорошее поведение в школе и дома - на все это обращать внимание тренер. Большое воспитательное значение имеет личный пример и авторитет тренера-преподавателя. Тренер, работающий с юными спортсменами, должен быть особенно принципиальным и честным, требовательным и добрым, любить свою работу, всегда доводить начатое дело до конца. Воспитательная работа в процессе тренировочной деятельности должна быть направлена на развитие и совершенствование значимых свойств личности. Она включает мероприятия, которые обеспечивают решение задач по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, воспитания гражданственности и патриотизма. Психологическая подготовка на данном этапе выступает как воспитательный процесс. Центральной фигурой этого процесса является тренер-преподаватель, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведением юных спортсменов во время учебно- тренировочных занятий и соревнований.

На спортивно-оздоровительном этапе важнейшей задачей общей психологической подготовки является формирование спортивного интереса, дисциплины, самооценки. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие и способность преодолевать специфические трудности, что достигается, прежде всего, систематическим выполнением тренировочных занятий. На конкретных примерах нужно убеждать юных спортсменов, что успех в современном спорте во многом зависит от трудолюбия. Психологическая подготовка в спортивно-оздоровительных группах направлена на преодоление чувства страха перед соперником, на воспитание умения проявлять волю, терпеть усталость и преодолевать боль.

Воспитательная работа представляет собой совокупность педагогических воздействий, направленных на решение задач патриотического, нравственного, трудового, социологического, художественно-эстетического, правового, физического воспитания.

Основная цель воспитательной работы - воспитание всесторонне развитой личности, формирование здорового образа жизни, активной жизненной позиции.

Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер-преподаватель проводит ее во время учебно-тренировочных занятий и дополнительно на учебно-тренировочных сборах и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время. На протяжении всего периода обучения тренер-преподаватель формирует у обучающихся патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Успешность воспитания юного спортсмена во многом обусловлена способностью тренера-преподавателя повседневно сочетать задачи специальной спортивной подготовки и общего воспитания, обеспечивая соответствие учебно-тренировочного процесса общей направленности воспитания. Важное место в воспитательной работе отводится соревнованиям. Наряду с воспитанием у занимающихся понятий об общечеловеческих ценностях, серьезное внимание обращается на этику американского футбола. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещенным приемам и действиям (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения участников, тренеров, судей и зрителей).

Перед соревнованиями необходимо настраивать спортсменов не только на достижение победы, но и на проявление в ходе соревнований морально-волевых качеств. Соревнования могут быть средством контроля успешности воспитательной работы в коллективе. Наблюдая за особенностями поведения обучающихся во время их выступлений, тренер-преподаватель может делать выводы об уровне морально-волевых качеств. Цель воспитательной работы: формирование всесторонне развитой, гармоничной личности посредством развития социальных компетенций, требуемых для жизнедеятельности и продолжения образования.

Задачи воспитательной работы:

- формирование основы мировоззрения личности с учетом отечественных традиций, современного опыта, достижений науки, спорта, культуры и искусства;
- воспитание сознательного отношения к обучению; к труду, общественно полезной работе и бережного отношения к личности (взаимоуважение, взаимопомощь), общественному достоянию;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- нравственное, эстетическое воспитание и воспитание в духе спортивной этики.

Способы достижения цели:

- четкое планирование воспитательной работы в группах отделения бокса;
- прохождение воспитательной работы через все виды и формы деятельности тренера-преподавателя и обучающегося;
- сотрудничество с родителями и спортивной школой.

Направления воспитательной работы:

- Гражданско-патриотическое: воспитание патриотизма, любви к Родине и верности Отечеству.
- Профессионально-спортивное: развитие морально-волевых качеств; воспитание эмоционально-волевой устойчивости к неблагоприятным факторам, способности переносить большие психические нагрузки, профессиональная ориентация.
- Нравственное: развитие чувства долга, чести, воспитание интернационализма, дружбы к товарищам по команде; уважения к тренеру-преподавателю.
- Правовое: воспитание законопослушности; формирование неприятия нарушений спортивной дисциплины; развитие потребностей в здоровом образе жизни.
- Социологическое: воспитание культуры взаимоотношений в коллективе обучающихся, в семье, в обществе.

Содержание направлений воспитательной работы:

Гражданско-патриотическое воспитание.

Цели и задачи: формирование у обучающихся высоких нравственных принципов, выработка норм поведения, приобщение к боевым и трудовым традициям народа, разъяснение истоков и пропаганда героизма в вооруженной защите Родины от врагов, воспитание гордости за подвиги старших поколений;

Формы и средства реализации:

- Посещение музеев;
- Месячник военно-патриотического воспитания;
- Встречи с представителями всех родов войск, ветеранами;
- Спортивные соревнования, участие в военно-спортивных школьных и городских мероприятиях;
- Беседы, посвященные военной и патриотической тематике;
- Экскурсии, походы, праздники и др.

Критерии оценки:

- Любовь к своему городу, к людям, воспитание гражданской ответственности, желание любить и защищать свой край, свою страну.

Тренер-преподаватель должен успешно сочетать задачи физического и общего воспитания.

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

В соответствии с ч.2 ст. 34.3 Федерального закона от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» организации, осуществляющие спортивную подготовку, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта. Основная цель антидопинговых мероприятий - сформировать у обучающихся понимание ценности здорового образа жизни, критическое отношение к зависимому поведению; предотвратить использования допинга в спортивной среде.

Комплекс мер по антидопинговой профилактике:

- реализация курса по основам антидопингового поведения с учетом возраста, исходного уровня знаний, отношения обучающихся к проблеме допинга, их личностной заинтересованности в данном вопросе;
- формирование информационной политики: размещение материалов и стендов по данной тематике (брошюры, памятки);
- участие в организации и проведении спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных мероприятий по данной тематике, информационно-образовательных мероприятий в форме семинаров, круглых столов для обучающихся и их родителей;
- ежегодное обучение тренеров-преподавателей, ответственных за антидопинговое поведение обучающихся, с оценкой уровня знаний;
- ознакомление обучающихся под подпись с локальными нормативными актами, связанными с антидопинговыми правилами по виду спорта «американский футбол»;
- получение сертификата о прохождении ежегодного дистанционного курса по антидопингу РУСАДА обучающимися, принимающими участие в официальных соревнованиях по боксу.

Основные темы в рамках бесед и обсуждений:

- медицинские и психологические последствия допинга;
- допинг-контроль, права и обязанности обучающегося, санкции в случае выявления нарушений анализ мотивов употребления запрещенных субстанций;
- организация участия обучающихся в конкурсах, фестивалях, конференциях, акциях, выставках по данной тематике;
- привлечение родителей (законных представителей) к организации и проведению мероприятий по формированию антидопингового поведения обучающихся; проведение тематических родительских собраний, лекториев; индивидуальных консультаций (выпуск памяток для родителей «Спортивная жизнь без допинга», «Уроки безопасности для родителей», «Здоровье детей в наших руках», «Юный спортсмен без допинга» и другие);
- знакомство обучающихся с деятельностью основных антидопинговых организаций: Международным олимпийским комитетом, Международным параолимпийским комитетом, Всемирным антидопинговым агентством, Российским антидопинговым агентством «РУСАДА» (РАА «РУСАДА») и иными организациями, курирующими данное направление; использование информационных ресурсов Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства спорта Российской Федерации, РАА «РУСАДА» по данной проблеме.

V. Планируемые результаты

В конце освоения программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации, сформированные коммуникативные способности. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в муниципальных, региональных, Всероссийский и международных соревнованиях, качественное освоение практических и теоретических навыков флаг-футбола, привитие любви к спорту.

Специфика целеполагания	Планируемые результаты
формирование культуры движений, обогащение физическими упражнениями общей и специальной направленности.	освоение образовательной программы
воспитание устойчивых интересов и позитивного эмоционально- психического отношения к спортивной деятельности и флаг-футболу в частности	участие в муниципальных, региональных, Всероссийский и международных соревнованиях
освоение знаний о ценностях физической культуры и американского футбола как вида спорта, их роли в	наличие обучающихся победителей и призеров соревнований, включение в число победителей
формировании культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также организация свободного времени обучающихся, повышение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания	призеров мероприятий не менее 10% обучающихся

Форма отслеживания образовательных результатов:

Педагогический мониторинг, который проводится в течение всего учебного года и включает:

Вводный (входной) контроль – проводится при зачислении. Форма проведения собеседование.

Промежуточный контроль – проводится в декабре. Аттестация проходит в виде соревнований, турниров. По результатам возможно присвоение массового разряда.

Итоговая аттестация – проводится в мае. Форма – соревнований, турниров, выполнения контрольных нормативов.

Формы подведения итогов реализации программы. Подведение итогов реализации программы проводится в форме выполнения контрольных нормативов 1 раз в год (май) контрольные игры; контрольные нормативы; присвоение массовых разрядов

Выполнение программы служит основным критерием оценки качества работы тренера-преподавателя и СШ № 11 в целом. Оценка качества учебно-тренировочной работы только по результатам участия в соревнованиях неприемлема в работе со спортсменами группы СОГ.

VI. Формы контроля

Выявлением уровня освоения обучающимися упражнений общей физической, специальной и технической подготовки — является диагностика (мониторинг). Диагностическим инструментарием являются контрольно-тестовые упражнения по основным видам подготовки, разработанные с учетом возрастной категории обучающихся.

Промежуточный контроль проводится тренером-преподавателем в декабре.

Итоговая аттестация проводится за две недели до окончания реализации программы учебного года - май, на основании приказа директора. В случае, если обучающийся по объективным причинам не смог пройти промежуточный контроль или итоговый контроль в указанные сроки для него назначается дополнительный срок сдачи тестовых упражнений, с учетом времени его реабилитации (восстановления после болезни).

Контроль и аттестации осуществляются в соответствии с Положением - «Положение о формах, периодичности и порядке проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся».

Формы аттестации: сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке; участие в соревнованиях различного уровня (в муниципальных, региональных, Всероссийский и международных соревнованиях).

VII. Оценочные материалы

Оценочные материалы представлены тестовыми заданиями по оценке уровня физической, технической подготовки.

Тестовые задания для оценки освоения программы в части практической подготовки

При проведении тестирования по физической подготовке следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений:

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.
- Поднимание туловища из положения лежа на спине.
- Приседание.

VIII. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Материально-технические условия реализации Программы

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (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 игрового поля
- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 20.10.2020 №1144н.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Весы медицинские	штук	1
2.	Ворота для американского футбола	штук	2
3.	Гантели переменной массы от 3 до 12 кг	комплект	3
4.	Конусы тренировочные	штук	30
5.	Тренажёр-лестница координационная напольная	штук	2
6.	Лента для разметки линии розыгрыша	штук	5
7.	Маты гимнастические	штук	10
8.	Маты для штанги ворот	штук	4
9.	Мяч набивной – медицинбол – от 1 до 5 кг	комплект	2
10.	Мячи для американского футбола	штук	15
11.	Насос для накачивания мячей с иглой	комплект	1
12.	Подставка для начального удара	штук	2
13.	Подставка для удара с игры	штук	2
14.	Разметка для поля	комплект	2
15.	Сетка для мячей	штук	2
16.	Скамейка гимнастическая	штук	2
17.	Спортивные тренажеры	комплект	1
18.	Стенка гимнастическая	штук	6
19.	Уголок навесной для подтягивания	штук	2

IX. Кадровые условия реализации Программы

Штат спортивной школы укомплектован педагогическими работниками для реализации программы. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, соответствует требованиям, установленным нормативными документами:

- профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203);
- или профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный № 54519);
- или 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).

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

В целях непрерывности профессионального развития тренеры-преподаватели каждые три года направляются на курсы повышения квалификации в сроки, установленные планом повышения квалификации в учреждении. Аттестация тренеров-преподавателей в целях установления квалификационной категории (по желанию) или соответствия занимаемой должности (обязательная) проводится согласно приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 24.03.2023 г. № 196 «Об утверждении Порядка проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность».

Х. Литература и интернет ресурсы.

1. Американский футбол и ярославские "Бунтари" [Текст] // Элитный квартал. - 2015. - № 5. - С. 9
Американский футболист // ГЕО / GEO. - 2009. - N 10. - С. 18
2. Бартолет, Синдром столкновений // В мире науки. - 2012. - № 4. - С. 48-55
Бекназар-Юзбашев, Р. Кикер, тэкл, фамбл и даун // Новое время. – 2004. - N 51. - С. 34-35
3. Дубинская, М. Футбол в обтяжку // Эхо планеты. - 2009. - N 20. - 5-7-я с. обл.
4. Интенсивность тренировочной и соревновательной деятельности квалифицированных игроков в американский футбол. // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. - 2013. - № 6 (122). - С. 93
5. Контроль специальной подготовленности игроков «спецкоманд» в американском футболе. // Ученые записки университета им. . - 2014. - № 1 (107). - С. 78-84
6. Ларин, тренировочной и соревновательной деятельности квалифицированных игроков в американский футбол // Вестник Тамбовского университета Сер.: Гуманитарные науки. - 2013. - Вып. 6 (122). - С. 93-96
7. Ларин, интенсивности соревновательной деятельности в тренировочном процессе квалифицированных игроков в американский футбол // Теория и практика физической культуры. - 2013. - № 1. - С. 82
8. Милютина, М. Да здравствует овалый мяч! // Студенческий меридиан. – 2004. - N 6. - С. 82-83
9. Моравидж, в названиях команд по американскому футболу. // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета. - 2014. - № 98. - С. 1308-1318
10. Моравидж, тактильных невербальных действий игроков в американский футбол. // Филологические науки. Вопросы теории и практики. - 2014. - № 10-3 (40). - С. 126-129
11. Статистическое выражение соревновательной деятельности в американском футболе // Подоляка, команды по американскому футболу в соревновательном периоде. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. - 2003. - № 2. - С. 57-62
12. Подоляка, полевой позиции в американском футболе. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. - 2002. - № 8. - С. 11-19.
13. С мячом в руках : дети футбола : [регби, австралийский футбол, американский футбол] // Спорт в школе - Первое сентября. - 2013. - № 10. - С. 60-63
14. Солотаров, П. NFL: футбол в зоне приема // Rolling Stone. - 2013. - № 10. - С. 62-69

Перечень интернет-ресурсов

1. Министерство спорта РФ. Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru>
2. Федерация каратэ России. Режим доступа: <http://www.ruswkf.ru/>
3. Министерство просвещения РФ. Режим доступа: <https://edu.gov.ru/>
4. ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания». Режим доступа: <https://xn--b1atfb1adk.xn--plai/>