

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

ПРИНЯТА

Малым педагогическим советом
СДЮСШОР № 2
(протокол от «24» мая 2019 г. № 4)



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
М.Р. Катунова
(приказ №1375-ОД от 13.06.2019 г)

**Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная
программа
по виду спорта сноуборд**

Срок реализации – 8 лет и более

Разработчики:

Муравьев-Андрейчук Владимир
Владиславович
старший тренер-преподаватель

Рецензенты:

Волков Андрей Владимирович,
заслуженный тренер России,
начальник управления по физической культуре
и спорту СПб НИУ ИТМО
Федотова Анна Александровна,
доцент, тренер управления по физической
культуре и спорту СПб НИУ ИТМО

ОДОБРЕНА

Методическим советом
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»
(протокол от 13.06.2019 г. № 8)

Санкт-Петербург
2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная **программа по виду спорта сноуборд** разработана в ГБНОУ «СПБ ГДТЮ» на основе результатов обобщения многолетнего опыта тренеров по сноуборду и анализа данных научных исследований в области теории и методики сноуборда, а также в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами в сфере образования и с учетом нормативных документов в области физической культуры и спорта:

- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта // Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 731;
- Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта сноуборд // Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 19.01.2018 № 29
- Об учреждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта // Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125;
- О системе оплаты труда работников государственных учреждений физкультурно-спортивной направленности Санкт-Петербурга» (в ред. от 26.07.2016) // Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 01.11.2005 № 1675.

Нормативная часть данной Программы подлежит корректировке в случае изменений в нормативно-правовых актах, регулирующих деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности на территории Российской Федерации.

Предметное содержание Программы опирается на Федеральные государственные требования к минимуму содержания дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам // Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15.11.2018 № 939.

Направленность Программы: физкультурно-спортивная.

Срок реализации Программы: 8 лет и более.

Характеристика вида спорта – сноуборд

Сноубординг в России пользуется большой популярностью у детей и подростков. В настоящее время сноубординг, как вид спорта прочно завоевал своё место.

Спортивный снаряд – сноуборд, состоит из основания (доски) и жестко прикрепленных к ней двух креплений. Спортсмен в специальной обуви вставляет ноги в крепления и застегивает их, после чего он начинает спуск со снежной горы. За годы своей непродолжительной эволюции сноуборд превратился из примитивной доски в продукт высокотехнической цивилизации, вобрав в себя самые передовые технологические процессы.

Если сравнивать сноуборд и горные лыжи, то сноубординг уступает в скорости, но выигрывает в маневренности. Кроме этого, считается, что катание на сноуборде осваивается быстрее, чем спуск на лыжах.

Большинство видов сноубординга не требует отличной от горнолыжного спорта инфраструктуры, а потому катание на сноуборде доступно на всех горнолыжных курортах. Эти факторы обуславливают высокую популярность любительского сноубординга среди молодежи.

Как вид спорта сноуборд выделяет свои спортивные дисциплины.

Перечень спортивных дисциплин вида спорта СНОУБОРД (04200113611Я)

Дисциплины	Номер-код	Характеристика
Параллельный Слалом	0420023811Я	Параллельный слалом – дисциплина, в которой два спортсмена спускаются по параллельным трассам с установленными на них флагами синего и красного цветов. Побеждает спортсмен прошедший дистанцию быстрее, при условии соблюдения правил прохождения трассы .
Параллельный слалом-гигант	0420013611Я	Параллельный слалом-гигант дисциплина, в которой два спортсмена спускаются по параллельным трассам с установленными на них флагами синего и красного цветов. Побеждает спортсмен прошедший дистанцию быстрее, при условии соблюдения правил прохождения трассы . По сравнению с параллельным слаломом, параллельный слалом-гигант отличается большими расстояниями ворот и, следовательно, более высокими скоростями.
Сноуборд-кросс	0420033611Я	Сноуборд-кросс – скоростная дисциплина сноуборда, в которой на специально подготовленной трассе соревнуются в скорости и мастерстве от четырёх до шести спортсменов одновременно.
Хафпайп	0420043611Я	Хафпайп (от англ. <i>Half-pipe</i> - половина трубы) – фристайл-дисциплина, в тренировках и соревнованиях которой используют специально построенный рельеф, представляющий собой в разрезе половину трубы. Выступления участников на соревнованиях оценивают по сложности трюков, амплитуде, динамике, «чистоте» приземления, захвата доски и стилю выполнения трюка.
Биг-эйр	0420053611Я	Биг-эйр фристайл дисциплина, в которой тренировки и соревнования проходят на специальном построенном трамплине. Прыжок тщательно рассчитывается, чтобы он был затяжным и зрелищным. Выступления участников на соревнованиях оценивают по сложности трюков, амплитуде, динамике, «чистоте» приземления, захвата доски и стилю выполнения трюка.
Слоуп-стайл	0420063611Я	Слоуп-стайл фристайл дисциплина,

		состоящая из выполнения серии акробатических прыжков на серии трамплинов, пирамидах, контр-уклонах, дропах, перилах и т.д., расположенных последовательно на всём протяжении трассы..
--	--	---

Так как в сноуборде много разновидностей, каждый желающий, освоив его азы, найдет дисциплины интересные и доступные для него лично.

При разработке программы был учтен передовой опыт обучения и тренировки юных спортсменов, результаты научных исследований по юношескому спорту, практические рекомендации по возрастной физиологии и педагогике, спортивной медицине, гигиене и психологии.

Занятия с учащимися осуществляются в течение календарного года.

Программа включает в себя разделы, освещающие теоретическую, физическую, техническую, тактическую, психологическую и соревновательную деятельности, а также средства и методы подготовки, систему контроля нормативов и качества выполнения игровых упражнений.

Учебный материал программы изложен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки сноубордистов в соответствии с объемом учебных часов, планируемых на определенный этап подготовки, содержания судейско-инструкторской практики, перечня основных мероприятий по воспитательной работе, контрольных нормативов по физической подготовке строго по этапам подготовки.

Цель Программы: развитие физических и творческих способностей детей, профессиональная ориентация в сфере физической культуры и спорта, выявление и поддержка спортивно одаренных детей.

Основные задачи

- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в особенности в области избранного вида спорта – в сноубординге
- удовлетворение потребностей в двигательной активности, укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению программ спортивной подготовки по виду сноуборд

Условия реализации Программы

Программа или ее часть реализуется в очной форме или в формате внеаудиторной (самостоятельной работы). Возможна реализация программы или ее части с применением очного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Многолетняя подготовка учащегося - длительный процесс, во время которого происходит становление учащегося от новичка до мастера спорта.

Программа по виду спорта сноуборд имеет два уровня сложности:

- базовый уровень сложности;
- углубленный уровень сложности.

В соответствии с уровнями сложности программы выстроена система многолетней подготовки спортсмена (этапы образовательного процесса):

1. Этап освоения базового уровня сложности образовательной программы: этап начальной подготовки - до 1 года и свыше года;
учебно-тренировочный этап - до двух лет, свыше двух лет;
2. Этап освоения углубленного уровня сложности образовательной программы: учебно-тренировочный этап - свыше двух лет.

Учебно-тренировочный процесс предусматривает постепенное повышение тренировочных и соревновательных нагрузок, решающих задачи, связанные с укреплением здоровья занимающихся, развития специальных физических качеств, освоением сложных технических действий, привития любви к спортивному состязанию и повышенного интереса к занятиям сноубордом. Этапы связаны между собой, что обеспечивает единое направление в учебно-тренировочном процессе многолетней тренировки учащихся по мере роста спортивного мастерства.

Условия приема и перехода по этапам обучения

- Зачисление в группы проводится в соответствии с Положением о порядке приема на обучение по дополнительным общеобразовательным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта (в соответствии с локальными актами Учреждения)
- В группы этапа начальной подготовки на основании заявления родителей зачисляются лица в возрасте от 8 лет, желающие заниматься сноубордом прошедшие предварительный индивидуальный отбор в соответствии с локальными актами Учреждения, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий сноубордом.
- Группы учебно-тренировочного этапа формируются из учащихся, прошедших необходимую подготовку на этапе начальной подготовки и выполнивших зачетные требования по общей физической и специальной подготовке.
- На следующий этап подготовки переходят учащиеся, успешно прошедшие промежуточную аттестацию по предметным областям Программы. Возможно повторное прохождение данного этапа подготовки на основании локальных актов Учреждения.
- Для досрочного перехода на следующий этап подготовки необходимо успешно сдать требования промежуточной аттестации предшествующего этапа подготовки. В этом случае зачисление в группы следующего этапа подготовки производится решением малого педагогического совета СДЮСШОР № 2.
- Дополнительный набор в группы любого этапа подготовки осуществляется при отсутствии медицинских противопоказаний для занятий сноубордом, успешной сдачи требований промежуточной аттестации предшествующего этапа подготовки.

Формы занятий

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;

- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Планируемые результаты освоения Программы

- выполнение контрольных нормативов по ОФП и СФП для продолжения обучения по программе спортивной подготовки по виду спорта «сноуборд»;
- положительная динамика индивидуальных показателей физической подготовленности;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «сноуборд»;
- выполнение и подтверждение разрядных требований (от III юношеского спортивного разряда до I спортивного разряда);
- знание теоретических основ физической культуры и спорта, избранного вида спорта – сноуборд, ведения здорового образа жизни.

Формы подведения итогов реализации Программы

- мониторинг соревновательной деятельности учащихся;
- учет посещаемости и наполняемости учебных групп;
- сравнительный анализ показателей выполнения учащимися контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке на начало и конец обучения;
- присвоение спортивных разрядов на основании выполнения разрядных требований Единой всероссийской спортивной классификации//Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 13.11.2017 № 988 (с изменениями, внесенными Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20.03.2019 № 252).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план определяет последовательность освоения содержания Программы по годам обучения.

Календарный учебный график составлен из расчета 42 недели в соответствии с п. 19 Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 15.11.2018 № 939 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

При составлении расписания тренировочных занятий продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (45 минут).

Учебный план Программы разработан на основании федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам с учетом федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта сноуборд, в соответствии с графиками образовательного процесса в Учреждении и сроками обучения по Программе, а также отражает структуру Программы, установленную федеральными государственными требованиями, в части:

- наименований предметных областей;
- учета особенностей подготовки учащихся по виду спорта;
- ориентации на достижение результатов освоения Программы в виде приобретения учащимися конкретных знаний, умений и навыков в предметных областях.

В учебном плане учтено следующее соотношение объемов по предметным областям к общему объему учебного плана:

№ п/п	Наименование предметных областей	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана этапов НП и УТ до 2-х лет (базовый уровень сложности)	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана этапов УТ свыше 2-х лет (углубленный уровень сложности)
1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	10-25	10-15
2.	Общая физическая подготовка	20-30	-
3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	10-15
4.	Сноуборд	15-30	15-30
5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30
6.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15	-
7.	Судейская подготовка	-	5-10
8.	Специальные навыки	5-20	5-20
9.	Спортивное и специальное оборудование	5-20	5-20

Учебный план программы содержит:

- Календарный учебный график (Приложение).
- План учебного процесса, включающий теоретические и практические занятия по предметным областям, в том числе участие в тренировочных мероприятиях, физкультурных и спортивных мероприятиях, самостоятельную работу учащихся, формы аттестации;