

«Согласовано»

Начальник управления физической культуры и спорта администрации г. Чебоксары



А. И. Соловьев

«    »    20    г.

«Утверждаю»

Директор МБУ «САШ» г. Чебоксары



Е. С. Семенова

приказ № 129  
от « 30 » января 2022 г.

Муниципальное бюджетное учреждение  
«Спортивно-адаптивная школа» управления физической культуры и спорта администрации города Чебоксары Чувашской Республики

## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «СПОРТ ГЛУХИХ» ДИСЦИПЛИНА «БАДМИНТОН»

Разработана на основе примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих», утвержденной приказом Минспорта России 21 декабря 2022 г. №1307 и федерального стандарта спортивной подготовки по «спорту глухих», утвержденного приказом Минспорта России от 22 ноября 2022 года №1051

Срок реализации Программы – бессрочно

Чебоксары  
2022 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Раздел I. Общие положения</b>	3
1. Спортивные дисциплины	3
2. Цель программы	3
<b>Раздел II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки</b>	3
3. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки	3
4. Объем Программы	3
5. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	4
6. Годовой учебно-тренировочный план	5
7. Календарный план воспитательной работы	5
8. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	8
9. Планы судейской и инструкторской практики	8
10. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств	10
<b>Раздел III. Система контроля</b>	12
11. Требования к результатам прохождения Программы	12
12. Оценка результатов освоения программы	14
13. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки	14
<b>Раздел IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)</b>	15
14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по спортивной дисциплине бадминтон	15
15. Учебно-тематический план по теоретической подготовке	17
<b>Раздел V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам</b>	20
16. Особенности спортивных дисциплин вида спорта "спорт глухих» и специфика спортивной подготовки	20
<b>VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки</b>	21
17. Требования к материально-техническим условиям реализации Программы	21
18. Кадровые условия реализации Программы	23
19. Информационно-методические условия реализации Программы	24

## I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта "Спорт глухих" (далее - Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по спортивной дисциплине бадминтон с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта "спорт глухих", утвержденным приказом Минспорта России от 22 ноября 2022 г. N 1051 (далее - ФССП).

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.

## II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

3. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Возраст для зачисления и перевода в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)	
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	8	до года	9
			свыше года	8
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	10	до года	6
			второй и третий годы	5
			четвертый и последующие годы	4
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	12	2	

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

### 4. Объем Программы

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	
Количество часов в неделю	6	8	12	14	18

Общее количество часов в год	312	416	624	728	936
------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----

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

-учебно-тренировочные занятия: групповые, индивидуальные, смешанные, проводимые по индивидуальному плану подготовки; работа в парах и группах;

-учебно-тренировочные мероприятия

N п/п	Виды 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
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям				
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия				
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и(или) специальной физической подготовке	-	14	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 и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год		-

2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток
------	---	---	-------------

**-спортивные соревнования**

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки		
	Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства
<b>Для спортивной дисциплины "бадминтон"</b>			
Контрольные	1	2	5
Отборочные	1	2	2
Основные	-	2	2

**6. Годовой учебно-тренировочный план**

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки		
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства
<b>Для спортивной дисциплины «бадминтон»</b>				
1.	Общая физическая подготовка (%)	29	28	18
2.	Специальная физическая подготовка (%)	14	18	20
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	1	4	5
4.	Техническая подготовка (%)	33	25	32
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	17	16	18
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	0	1	1
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	2	4	2
8.	Интегральная подготовка (%)	4	4	4

**7. Календарный план воспитательной работы**

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	<b>Профориентационная деятельность</b>		
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	В течение года

		судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и 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;	В течение года
2.	<b>Здоровьесбережение</b>		
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.	<b>Патриотическое воспитание обучающихся</b>		
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 обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	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
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.	<b>Развитие творческого мышления</b>		
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
5.	<b>Антидопинговое обучение</b>	<b>Теоретические занятия:</b> - изучение основных положений антидопингового законодательства; <b>Практические занятия:</b> - тестирование на сайте РУСАДА и	В течение года

		получение сертификата спортсменами, принимающими участие в республиканских и всероссийских соревнованиях.	
--	--	---	--

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

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	<b>Теоретические занятия:</b> - беседы о правилах «чистого спорта» и недопустимости применения допинга	в течение года	Проводятся тренером как отдельно, так и в рамках обучения навыкам правильного питания, обучения правилам соревнований.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	<b>Теоретические занятия:</b> - изучение основных положений антидопингового законодательства; <b>Практические занятия:</b> - тестирование на сайте РУСАДА и получение сертификата спортсменами, принимающими участие в республиканских и всероссийских соревнованиях.	в течение года	Проводятся тренером как в рамках подготовки к соревнованиям, так в ходе воспитательной работы. Тестирование проводится 1 раз в год.
Этап совершенствования спортивного мастерства	<b>Теоретические занятия:</b> - изучение положений антидопингового законодательства; - изучение правил взаимодействия с РУСАДА и ВАДА; - изучение списков запрещенных препаратов. <b>Практические занятия:</b> - тестирование на сайте РУСАДА и получение сертификата спортсменами, принимающими участие в республиканских и всероссийских соревнованиях.	в течение года	Проводятся тренером как в рамках подготовки к соревнованиям, так в ходе воспитательной работы. Необходимо отслеживать обновления запрещенных списков. Тестирование проводится 1 раз в год.

## 9. Планы инструкторской и судейской практики

9.1. Судейская практика			
1	Этап начальной подготовки	<b>Теоретические занятия:</b> изучение правил соревнований.	Перед соревнованиями
		<b>Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:</b>	По календарн



		<ul style="list-style-type: none"> <li>- практическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта;</li> <li>- формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей.</li> </ul>	о му плану соревнований
2	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	<p><b>Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта;</li> <li>- приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований;</li> <li>- приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований;</li> <li>- формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;</li> <li>- получение судейской категории (юный спортивный судья)</li> </ul>	По календарному плану соревнований
3	Этап совершенствования спортивного мастерства	<p><b>Участие в спортивных соревнованиях различного уровня в качестве спортсмена:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;</li> <li>- изучение правил подачи апелляции.</li> </ul> <p><b>Участие в спортивных соревнованиях различного уровня в качестве судьи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навык судейства соревнований на различных должностях;</li> <li>- получение судейской категории (юный спортивный судья, III, II и I судейской категории)</li> </ul>	По календарному плану соревнований
<b>9.2. Инструкторская практика</b>			
1	Этап начальной подготовки	<p>Учащиеся должны научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять обязанности дежурного; сдавать рапорт;</li> <li>-демонстрировать (показывать) упражнения общефизической направленности;</li> <li>-замечать нарушения мер безопасности, тактично делать замечания товарищам о недопустимости действий, ведущих к этим нарушениям;</li> <li>-уметь находить ошибки в технических действиях других спортсменов и помогать их устранять;</li> <li>- формировать сознательное отношение к учебно-тренировочному и соревновательному процессам.</li> </ul>	<b>В рамках учебно-тренировочных занятий</b> в течение года
2	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	<p>Учащиеся должны научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-рассказывать об основных мерах безопасности, объяснять их значение и смысл тем, кто пришел на занятия впервые;</li> <li>-показывать в разминке упражнения физической направленности, совершенствующие двигательные качества спортсмена(1-й год обучения), и проводить 1-ю часть разминки в присутствии тренера (2-год обучения);</li> <li>-уметь находить ошибки в технических действиях других спортсменов;</li> <li>-оказывать помощь начинающим в изучении материальной части избранного вида спорта;</li> <li>- навыкам наставничества;</li> <li>- сознательному отношению к учебно-тренировочному и соревновательному процессам.</li> </ul>	<b>В рамках учебно-тренировочных занятий</b> в течение года

3	Этап совершенствования спортивного мастерства	<ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора;</li> <li>- составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей;</li> <li>- формирование навыков наставничества;</li> <li>- формирование навыков инструментального контроля и самоконтроля;</li> <li>- обучение планированию тренировочного процесса: в рамках микроцикла, мезоцикла, годового цикла, олимпийского цикла.</li> </ul> <p><u>Учащиеся должны научиться:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проводить первые занятия в группах начальной подготовки в качестве помощника тренера;</li> <li>-проводить в присутствии тренера отдельные части практических и теоретических занятий в группах тренировочного этапа;</li> <li>-оказывать помощь тренерам при проведении набора желающих заниматься выбранной дисциплиной по виду спорта в начале тренировочного года.</li> </ul>	<b>В рамках учебно-тренировочных занятий в течение года</b>
---	---	--	---

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

Медицинское обследование спортсменов проводится в целях сохранения их здоровья и раннего выявления заболеваний, определения возможных противопоказаний к занятиям избранным видом спорта.

При приеме в спортивную школу учащийся предоставляет медицинскую справку об отсутствии противопоказаний для занятий избранным видом спорта. В дальнейшем медицинское обследование учащихся проводится в специализированном медицинском учреждении с выдачей по итогам обследования заключения врача спортивной медицины о допуске к занятиям избранным видом спорта и соревнованиям. Частота обследований определяется с учетом наличия у учащегося хронических заболеваний, но не может быть реже, чем

- на этапе начальной подготовки – один раз в год;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 2 раза в год;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – 2 раза в год.

Выбор средств восстановления определяется возрастом, квалификацией, индивидуальными особенностями спортсменов, этапом подготовки, задачами тренировочного процесса, характером и особенностями построения тренировочных нагрузок.

*Педагогические средства восстановления:*

- рациональное распределение нагрузок по этапам подготовки;
- рациональное построение тренировочного занятия;
- постепенное возрастание тренировочных нагрузок по объему и интенсивности;

- разнообразие средств и методов тренировки;
- переключение с одного вида спортивной деятельности на другой;
- чередование тренировочных нагрузок различного объема и интенсивности;
- изменение характера пауз отдыха, их продолжительности;
- чередование тренировочных дней и дней отдыха (естественный путь);
- оптимальное соотношение нагрузок и отдыха на отдельном тренировочном занятии и в отдельном недельном цикле;
- оптимальное соотношение нагрузок и отдыха на этапах годичного цикла;
- оптимальное соотношение тренировочных и соревновательных нагрузок,
- упражнения для активного отдыха и расслабления;
- корригирующие упражнения для позвоночника;
- дни профилактического отдыха.

*Психологические средства восстановления:*

- создание положительного эмоционального фона тренировки;
- переключение внимания, мыслей, отвлекающие мероприятия;
- внушение;
- психорегулирующая тренировка.

*Медико-биологические средства восстановления:  
гигиенические средства:*

- водные процедуры закаливающего характера;
- душ, теплые ванны;
- прогулки на свежем воздухе;
- рациональные режимы дня и сна;
- рациональное питание, витаминизация;
- тренировки в благоприятное время суток;

*физиотерапевтические средства:*

- душ: теплый (успокаивающий) при температуре 36-38°C, продолжительности 12-15 минут; прохладный, контрастный и вибрационный (тонизирующие) при температуре 23-28° С, продолжительности 2-3 минуты;
- ванны: хвойные, жемчужные, солевые;
- бани 1-2 раза в неделю: парная или суховоздушная при температуре 80-90°C, 2-3 захода по 5-7 минут (исключая предсоревновательный и соревновательный микроциклы);
- ультрафиолетовое облучение;
- аэризация, кислородотерапия;
- массаж, массаж с растирками, самомассаж, приемы массажа: поглаживание, разминание, поколачивание, потряхивание.

Педагогические средства восстановления являются основными в работе с детьми и подростками на этапе начальной подготовки. Различные медики-биологические средства восстановления необходимо применять в

группах тренировочных и спортивного совершенствования, так как значительно возрастают интенсивность и объемы тренировочных нагрузок. Повышаются требования к планированию занятия. Методически неправильно построенное тренировочное занятие не даст положительных результатов даже при использовании вспомогательных средств восстановления.

Психологические, гигиенические и медико-биологические средства повышают устойчивость растущего организма к тренировочным и соревновательным нагрузкам, помогают снимать утомление за более короткое время, создавая этим дополнительные возможности спортивного роста.

Более быстрому восполнению энергозатрат помогает рациональное питание. Повышенная потребность юных спортсменов в полноценном белке, витаминах, минеральных веществах удовлетворяется введением дополнительных продуктов: спортивных напитков, печенья, мармелада. В период напряженных тренировок и соревнований питание является одним из важных средств повышения работоспособности и ускорения восстановительных процессов. Питание должно иметь оптимальную количественную величину, калорийность, хорошую усвояемость, высокие вкусовые качества и обеспечивать восполнение энергозатрат и обмен веществ в организме спортсмена.

К мероприятиям оздоровительно-восстановительного характера можно отнести посещения спортивных состязаний по популярным видам спорта, концертов, спектаклей, музеев, участие в загородных прогулках, экскурсиях.

Важно не только иметь знания о средствах и мероприятиях по восстановлению работоспособности спортсменов, но систематически и грамотно их применять.

### **III. Система контроля**

11. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее - обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

11.1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть основами техники вида спорта "спорт глухих";
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

- принять участие в официальных спортивных соревнованиях в дисциплине бадминтон начиная со второго года;
- проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

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

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта "спорт глухих" 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 глухих";
- 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 не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом, втором и третьем году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с четвертого года;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

11.3. 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 глухих";
- 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;

- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;
- получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд или спортивное звание), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства;
- проходить физическую реабилитацию, а также социальную адаптацию и интеграцию.

12. 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 участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

13. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки

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

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
Для спортивной дисциплины «бадминтон»				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			7,5	8,0
2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			12,5	13,0
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			155	140

**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 глухих»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
Для спортивной дисциплины «бадминтон»				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			7,5	8,0
2.	Бег на 400 м	мин, с	не более	
			2.0	2.20
3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			11,5	12,5
4.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			20	17
5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			175	145
6.	Метание волана	м	не менее	
			5,5	4,5
Уровень спортивной квалификации				
Для спортивных дисциплин «бадминтон»				
Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)		требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются		

Период обучения на этапе спортивной подготовки (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 глухих»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики/ юноши	девочки/ девушки
Для спортивной дисциплины «бадминтон»				
1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,0	6,5
2.	Бег на 800 м	мин, с	не более	
			3,0	
3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,0	10,5
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			210	190
5.	Метание волана	м	не менее	
			8	6
Для спортивных дисциплин «бадминтон»				
Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»				

#### IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)

#### 14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по спортивной дисциплине бадминтон

##### Тактика нападения

приемы игры	Этап НП		Этап УТ					Этап ССМ
	до года	свыше года	1год	2год	3год	4год	5год	
Одиночные игры								
подача (активная)	+	+	+	+	+	+	+	+
угол атаки			+	+	+	+	+	+
противник в движении				+	+	+	+	+
семь точек атаки			+	+	+	+	+	+
атака в зоне сетки		+	+	+	+	+	+	+
атака в задней линии			+	+	+	+	+	+
атака с середины площадки	+	+	+	+	+	+	+	+
маскировка действий				+	+	+	+	+
смена темпа игры			+	+	+	+	+	+
игра против защитника					+	+	+	+
игра против атакующего					+	+	+	+
игра против низкорослого противника				+	+	+	+	+
игра против высокого противника				+	+	+	+	+
игра против левши			+	+	+	+	+	+
игра против соперника с низким уровнем ОФП			+	+	+	+	+	

Парные игры								
подача	+	+	+	+	+	+	+	+
партнер подающего			+	+	+	+	+	+
Атака против переднезадней расстановки			+	+	+	+	+	+
атака против параллельной расстановки			+	+	+	+	+	+
перемещения партнеров		+	+	+	+	+	+	+
«правило перпендикуляра»			+	+	+	+	+	+
смена темпа игры			+	+	+	+	+	+
атака в зоне сетки		+	+	+	+	+	+	+
атака на задней линии			+	+	+	+	+	+
атака с середины поля		+	+	+	+	+	+	+
Смешанные пары								
подача	+	+	+	+	+	+	+	+
перемещения партнеров			+	+	+	+	+	+
три основных удара смешанной пары			+	+	+	+	+	+
игра женщины у сетки			+	+	+	+	+	+
игра мужчины на задней линии					+	+	+	+
смена темпа игры				+	+	+	+	+
игра на «пол поля»			+	+	+	+	+	+
атака на более слабого соперника			+	+	+	+	+	+
«правило перпендикуляра»			+	+	+	+	+	+

## Тактика защиты

приемы игры	Этап НП		Этап УТ					Этап ССМ
	до года	свыше года	1год	2год	3год	4год	5год	
Одиночные игры								
прием подачи	+	+	+	+	+	+	+	+
маскировка действий			+	+	+	+	+	+
смена темпа игры				+	+	+	+	+
игра против защитника					+	+	+	+
игра против атакующего					+	+	+	+
игра против высокого противника				+	+	+	+	+
игра против низкорослого противника				+	+	+	+	+
игра против левши			+	+	+	+	+	+
игра против соперника с низким уровнем ОФП			+	+	+	+	+	+
прием «смеша»		+	+	+	+	+	+	+
Парные игры								
прием подачи	+	+	+	+	+	+	+	+
фронтальные удары			+	+	+	+	+	+
игра в тело				+	+	+	+	+
перемещения партнеров			+	+	+	+	+	+
«правило перпендикуляра»				+	+	+	+	+
смена темпа игры				+	+	+	+	+
игра в зоне сетки			+	+	+	+	+	+



игра на задней линии				+	+	+	+	+
игра с середины поля		+	+	+	+	+	+	+
<b>Смешанные пары</b>								
прием подачи	+	+	+	+	+	+	+	+
фронтальные удары			+	+	+	+	+	+
игра в тело				+	+	+	+	+
перемещения партнеров			+	+	+	+	+	+
смена темпа игры				+	+	+	+	+
«правило перпендикуляра»				+	+	+	+	+
игра на «пол поля»			+	+	+	+	+	+
игра на более слабого соперника			+	+	+	+	+	+

### 15. Учебно-тематический план по теоретической подготовке

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		
	Физическая культура и спорт в России	≈ 13/20	сентябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Физическая культура - часть общей культуры, ее значение для укрепления здоровья, правильного физического развития, подготовки к труду и защите Родины. Возникновение и развитие олимпийского движения. Успехи российских спортсменов на крупнейших соревнованиях.
	Состояние и развитие вида спорта спорт глухих и его спортивных дисциплин в России	≈ 13/20	октябрь	Значение и место вида спорта спорт глухих в Российской системе физического воспитания. Характеристика вида спорта спорт глухих, дисциплина бадминтон. Выступление спортсменов в виде спорта "спорт глухих" на международных соревнованиях (Сурдлимпийские игры, чемпионаты и Кубки мира). Пути дальнейшего повышения мастерства российских спортсменов.
	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм обучающихся.	≈ 13/20	ноябрь	Краткие сведения о строении организма человека. Костная система, связочный аппарат и мышцы. Сердце и сосуды. Основные сведения о кровообращении. Дыхание и газообмен. Легкие. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Органы выделения (почки, легкие, кожа). Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности всего организма. Влияние занятий физическими упражнениями на ЦНС.
	Режим дня, гигиена, закаливание, режим и питание обучающихся	≈ 13/20	декабрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание. Понятие о гигиене физических упражнений. Общие гигиенические требования к режиму дня и отдыха при регулярных занятиях спортом глухих по видам спортивных дисциплин. Гигиенические требования к местам занятий, спортивной одежде и обуви.

				Питьевой режим. Вредное влияние курения и алкоголя на организм спортсмена.
Врачебный контроль, самоконтроль, первая помощь, спортивный массаж	≈ 13/20	январь		Значение и содержание врачебного контроля и медицинских обследований, показания и противопоказания при занятиях спортом глухих. Значение функциональных проб и антропометрических измерений для оценки физического развития и уровня подготовленности спортсмена. Объективные данные самоконтроля: вес, пульс, спирометрия, результаты контрольных измерений, самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие об утомлении, переутомлении и перетренировки. Травмы. Причины их возникновения, профилактика травм во время учебно-тренировочных занятий. Спортивный массаж, самомассаж и их применение в процессе регулярных занятий видом спорта спорт глухих. Противопоказания к массажу.
Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта "спорт глухих"	≈ 13/20	май		Роль технической подготовки в достижении высот спортивного мастерства в спортивных дисциплинах вида спорта "спорт глухих". Основы методики обучения технике спортивных дисциплин. Последовательное овладение техникой, учет возраста, уровня подготовленности спортсменов. Понятие о тактической подготовке, методы формирования тактического мышления, этапы тактической подготовки. Анализ техники ведущих спортсменов по кинограммам, видеофильмам. Обучение и тренировка как учебно-тренировочный процесс формирования двигательных навыков и расширения функциональных возможностей организма. Индивидуальные задания. Тренированность и ее физиологические показатели.
Значение физической подготовки в спортивной деятельности. Морально-волевая и психологическая подготовка, их роль в спортивной жизни спортсменов вида спорта "спорт глухих".	≈ 14/20	июнь		Физическая подготовка обучающихся в зависимости от возраста, уровня подготовленности и индивидуальных возможностей. Значение физической подготовки. Краткая характеристика общей и специальной физической подготовки, ее роль в развитии и совершенствовании силы, быстроты, ловкости, выносливости, координации движений и в освоении элементов технической подготовки. Классификация упражнений, используемых в учебно-тренировочном процессе. Средства, относящиеся к общей и специальной физической подготовке. Контрольные упражнения и нормативы для оценки уровня развития физических качеств, общей и специальной подготовки юного спортсмена. Морально-волевая подготовка. Какие волевые качества различают в спорте; ведущие и второстепенные волевые качества. Психологическая и специально-психологическая подготовка к соревнованиям.
Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Организация и проведение	≈ 14/20	август		Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Значение соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе, календарь спортивных мероприятий. Виды соревнований и их проведение. Спортивная судейская коллегия, ее состав и обязанности при проведении соревнований в виде спорта спорт глухих по спортивным дисциплинам. Работа

	соревнований. Обеспечение безопасности на занятиях и соревнованиях вида спорта "спорт глухих" по спортивным дисциплинам			секретариата, спортивных судейских бригад на старте и финише, спортивных судей на трассе. Правила поведения на соревнованиях. Изучение положений и особенностей проведения соревнований. Правила общения с судьями, с тренерами-преподавателями и обслуживающим персоналом как непосредственно на соревновательной арене, так и во время различных внесоревновательных и антидопинговых процедур. Владение специализированной терминологией на жестовом языке.
	Оборудованные места проведения учебно-тренировочных занятий, оборудование и инвентарь	≈ 14/20	ноябрь-май	Правила поведения спортсменов на местах проведения учебно-тренировочных занятий. Оборудованные места учебно-тренировочных занятий (трассы, спортивные городки, площадки, стадионы, плавательные бассейны, игровые залы и др.) и требования к ним. Классификация и конструкция спортивного инвентаря, выбор, хранение и уход за ним. Подготовка инвентаря к соревнованиям и его хранение.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/ свыше трех 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 олимпийского и паралимпийского движения	≈ 70/107	октябрь	Зарождение олимпийского и паралимпийского движения. Чемпионы и призеры Паралимпийских игр.
	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 вида спорта	≈ 70/107	май	Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	≈ 60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование, спортивный	≈ 60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и

	инвентарь и экипировка по виду спорта			хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
	Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Организация и проведение соревнований. Обеспечение безопасности на занятиях и соревнованиях вида спорта "спорт глухих" по спортивным дисциплинам	≈ 60/106	декабрь-май	Правила соревнований по виду спорта "спорт глухих" и спортивным дисциплинам. Значение соревнований и их место в учебно-тренировочном процессе, календарь спортивных мероприятий. Виды соревнований и их проведение. Положение о соревнованиях, программа и график соревнований. Оборудование, инвентарь и оформление мест соревнований. Организация информации на соревнованиях. Спортивная судейская коллегия, ее состав и обязанности при проведении соревнований в виде спорта спорт глухих по спортивным дисциплинам. Работа секретариата, спортивных судейских бригад на старте и финише, спортивных судей на трассе. Проведение мандатной комиссии, заседаний главных спортивных судейских коллегий. Порядок проведения соревнований, подготовка протоколов. Разбор проведения соревнований. Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

## **V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам**

16. Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "спорт глухих", дисциплина бадминтон 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 глухих" и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта "спорт глухих" 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 глухих".

## VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

17. Материально-технические условия реализации программы 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):

- игровой зал для спортивной дисциплины: "бадминтон";

- тренажерный зал;

- раздевалки, душевые;

- медицинский пункт, оборудованный в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 N 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 физкультурных и спортивных мероприятиях" (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный N 61238) 1;

обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (Таблица №1, Таблица №2);

обеспечение спортивной экипировкой (Таблица №3);

обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

### Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица N 1

N п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Для спортивной дисциплины "бадминтон"			
1	Барьер легкоатлетический	штук	10
2	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	3
3	Гантели переменной массы (от 1,5 до 10 кг)	комплект	3

4	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
5	Перекладина гимнастическая	штук	1
6	Ракетка утяжеленная	штук	10
7	Секундомер	штук	1
8	Сетка для бадминтона	комплект	2
9	Скакалка	штук	20
10	Скамейка гимнастическая	штук	3
11	Стенка гимнастическая	штук	3
12	Стойки для бадминтона	комплект	2
13	Тренажер кистевой фрикционный	штук	10
14	Утяжелитель для ног	комплект	10
15	Утяжелитель для рук	комплект	10
16	Фишка (конус)	штук	30
17	Эспандер резиновый ленточный	штук	20

Таблица №2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование									
N п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки					
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
Для спортивной дисциплины "бадминтон"									
1.	Волан пластиковый	комплект	на обучающегося	100	0,5	-	-	-	-
2.	Волан перьевой	комплект	на обучающегося	-	-	180	1	360	1
3.	Ракетка	штук	на обучающегося	1	1	1	1	1	3
4.	Струна для натяжки ракеток в бобине (10 м)	штук	на обучающегося	1	0,5	2	1	3	1
5.	Обмотка на рукоять	штук	на обучающегося	1	0,25	1	1	1	1

### Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица №3

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование									
N п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки					
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
Для спортивной дисциплины "бадминтон"									
1	Костюм спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	12	1	12
2	Кроссовки спортивные	пар	на обучающегося	-	-	1	6	1	4

3	Рюкзак спортивный	штук	на обучающегося	-	-	1	12	1	12
4	Футболка	штук	на обучающегося	-	-	1	4	1	3
5	Шорты	штук	на обучающегося	-	-	1	12	1	6

## 18. Кадровые условия реализации Программы:

18.1. Укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками обеспечивается на основании штатного расписания Организации, согласованного с Учредителем.

18.2. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку (в соответствии с наименованием должностей в штатном расписании), должен соответствовать требованиям, установленным:

- профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре и спорту», утвержденный приказом Минтруда России от 19.10.2021 N 734н (зарегистрирован Минюстом России 19.11.2021, регистрационный N 65904),

- профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный N 62203),

- профессиональным стандартом «Тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 N 199н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный N 54541),

- профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный N 54519),

- профессиональным стандартом «Инструктор-методист по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту», утвержденным приказом Минтруда России от 02.04.2019 N 197н (зарегистрирован Минюстом России 29.04.2019, регистрационный N 54540),

- профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 N 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный N 68615),

- профессиональным стандартом «Сопровождающий инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья и несовершеннолетних лиц на спортивные мероприятия», утвержденным приказом Минтруда от 31.03.2022 N 191н (зарегистрирован Минюстом России 11.05.2022, регистрационный N 68499),

- профессиональным стандартом «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 192н (зарегистрирован Минюстом России 23.04.2019, регистрационный N 54475),

– 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 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054).

18.3. Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей Организации:

– дополнительное профессиональное образование (программы повышения квалификации и программы профессиональной переподготовки) раз в пять лет;

– формирование профессиональных навыков через наставничество;

– использование современных дистанционных образовательных технологий;

– участие в тренингах, конференциях, мастер-классах.

## **19. Информационно-методические условия реализации Программы**

19.1. Литературные источники:

1. Верхало Ю. Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов. – М.: Советский спорт, 2004.

2. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2000.

3. Евсеев С. П., Курдыбайло С. Ф., Сусяев В. Г. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: Учебное пособие. Под ред. проф. С. П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2000.

4. Курлыбайло С. Ф., Евсеев С. П., Герасимова Г. В. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. Под ред. д. м. н. С. Ф. Курдыбайло. – М.: Советский спорт, 2004.

5. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2-х т., под общ. ред. проф. С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005.

6. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. Авторы-составители О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев. Под ред. С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2004.

7. Физическая реабилитация: учебник для студентов высших учебных заведений, под общ. ред. проф. С.Н. Попова. - 2-е изд. - Ростов н/Д: Феникс, 2005.

8. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие. Под ред. Л. В. Шапковой. – М.: Советский спорт, 2003.

19.2. Интернет-ресурсы:

1. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия», <http://www.infosport.ru>

2. Российская Спортивная Энциклопедия, <http://www.libsport.ru/>



3. Научно-теоретический журнал "Теория и практика физической культуры" <http://www.teoriya.ru/journals/>.
4. Научно-методический журнал "Физическая культура: воспитание, образование, тренировка" <http://www.teoriya.ru/fkvot/>
5. Научно теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», <http://lesgaft-notes.spb.ru/>.
6. Международный олимпийский комитет <http://www.olympic.org/>
7. Международный паралимпийский комитет <http://www.paralympic.org/>
8. Российский олимпийский комитет <http://www.olympic.ru/>
9. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту Российского государственного университета физической культуры и спорта, <http://lib.sportedu.ru/>
10. Библиотека Сибирского государственного университета физической культуры, <http://www.sibsport.ru/www/sibsport.nsf/0/5638BC150E2675F546256E62002384EB?opendocument>
11. Наука о тренерской работе (Abstracts), <http://www.rohan.sdsu.edu/dept/coachsci/index.htm>
12. Энциклопедия по видам спорта <http://www.infosport.ru/sp/>
13. Всемирный антидопинговый кодекс на русском языке [http://lib.sportedu.by/internet/title/code\\_ru.pdf](http://lib.sportedu.by/internet/title/code_ru.pdf)
14. Министерство спорта РФ, <http://mon.gov.ru/>
15. РУСАДА: [www.rusada.ru](http://www.rusada.ru)
16. Сурдлимпийский комитет России: [www.deafsport.ru](http://www.deafsport.ru)