

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный центр «Юность» г. Горнозаводска

Принята
Педагогическим Советом ДООЦ «Юность»
Протокол №8
от 28.03.2024 года

Утверждено и введено
в действие приказом №73
от «29» марта 2024 г.
И.о. директора МАУ ДО ДООЦ «Юность»
г. Горнозаводска
Е.С. Щербакова



ПРОГРАММА
разновозрастного отряда
«К вершине Олимпа»
Номинация: «Программы разновозрастных отрядов для подростков от 12 лет»

Направленность:
физкультурно-спортивная
Возрастная категория: 12 -17 лет

Авторы-разработчики:
Кузьмина Елена Васильевна,
педагог дополнительного образования
Щербакова Елена Сергеевна
исполняющий обязанности директора

г. Горнозаводск
2024 год

Содержание

1.	Краткая аннотация программы	3
2.	Паспорт программы	4
3.	Планируемый срок реализации программы	6
4.	Финансирование программы	6
5.	Конкурсная программа	6
5.1	Информация об основных организаторах программы	6
5.2	Участники программы	6
5.3	Сроки проведения	7
5.4	Цели и задачи программы	7
5.5	Основные концептуальные подходы к реализации программы	7
5.6	Описание программы	8
5.7	Кадровое обеспечение	11
5.8	Финансовое и материально-хозяйственное обеспечение	12
5.9	Ожидаемый эффект от реализации программы	13
6.	Литература	14
7.	Приложения	15

1. Краткая аннотация программы

Программа разновозрастного отряда физкультурно-спортивной направленности (по профилю плавание) - это возможность объединить все форматы обучения в одном, получив мощный импульс в развитии юных спортсменов во время летнего каникулярного отдыха.

В программу входит подробное описание каждого тренировочного дня для юных спортсменов. Рассчитана на курс по общей и специальной физической подготовки детей и подростков от 12 до 17 лет, занимающихся плаванием.

Программа разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы по плаванию «Юность» с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «плавание», методических разработок авторов книг по практическому опыту в физиологии и психологии спорта Авдиенко В.Б., Солопова И.Н., и определяет совокупность требований к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Программа направлена на расширение теоретических и практических знаний в тренировочном процессе пловцов, совершенствование приобретенных умений и навыков на последующих этапах спортивной подготовки, содействие всестороннему физическому развитию и укреплению здоровья.

Новизна программы в том, что во время летних каникул (вне учебного процесса) юные спортсмены могут продолжить непрерывную тренировочную подготовку, а также получить теоретические знания и практические навыки посредством консультаций, бесед, групповых и индивидуальных занятий, мастер-классов, отработать индивидуальную технику. Во время дополнительных летних занятий достигается идеальная атмосфера для развития: баланс нагрузок и отдыха, правильное питание, отсутствие стресса и пребывание среди профессиональных спортсменов, ставящих себе высокие цели, а также непрерывной подготовки к новому спортивному сезону.

2. Паспорт программы

<p>Полное наименование организации/ФИО физического лица (в т.ч. с указанием адреса, телефона, факса, банковских реквизитов)</p>	<p>Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный центр «Юность» г. Горнозаводска.</p> <p>И.о. директора Щербакова Елена Сергеевна</p> <p>Юридический/фактический адрес: 618820 Пермский край, г. Горнозаводск, ул. Школьная, 2.</p> <p>телефон/факс: (34 269) 4-24-23, 4-39-27</p> <p>ОГРН 1025902174737</p> <p>ИНН 5934041021</p> <p>КПП 592101001</p> <p>р/счет 03234643577140005600 Финуправление Горнозаводского округа (МАУ ДО ДООЦ «Юность», л/с 30903033) в ОДЕЛЕНИЕ ПЕРМЬ БАНКА РОССИИ //УФК по Пермскому краю г. Пермь</p> <p>Кор.счет 40102810145370000048</p> <p>БИК 015773997</p>
<p>Номинация конкурса</p>	<p>«Программы разновозрастных отрядов для подростков от 12 лет»</p>
<p>Название программы</p>	<p>Программа разновозрастного отряда «К вершине Олимпа»</p>
<p>Руководитель программы (ФИО, место работы, должность, контактная информация: адрес, телефон, e-mail)</p>	<p>Кузьмина Елена Васильевна, педагог дополнительного образования МАУ ДО «ДООЦ «Юность» г. Горнозаводска, 618820 Пермский край, г. Горнозаводск, ул. Школьная,2 Телефон 8(34 269) 4-24-23, 8-908-240-11-76 e-mail КЕВ-76@mail.ru</p>
<p>Автор или авторский коллектив</p>	<p>Кузьмина Елена Васильевна Щербакова Елена Сергеевна</p>
<p>Цели</p>	<p>Создание условий для сохранения, укрепления, дальнейшего развития функциональной подготовленности организма юных спортсменов.</p>

	Подготовка пловцов для участия в муниципальных, региональных, всероссийских спортивных мероприятиях по плаванию в начале нового сезона.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - Повысить уровень спортивного мастерства; - создать условия для выявления, поддержки и развития одаренных детей Горнозаводского городского округа; - формировать основные физические качества спортсменов; - совершенствовать теоретическую, техническую и психологическую подготовку спортсменов; - развивать спортивную мотивацию детей; - организовать разнообразный досуг; - прививать навыки здорового образа жизни через оздоровление детей в условиях временного коллектива; - способствовать формированию положительных межличностных отношений среди обучающихся; - воспитывать целеустремленность и упорство: умение ставить перед собой цели, стремиться к их достижению, преодолевая трудности.
Участники	Обучающиеся МАУ ДО ДООЦ «Юность» г. Горнозаводска спортивного направления (по профилю плавание), победители, призеры, участники муниципальных и краевых соревнований.
Срок реализации	02.08.2024г. – 22.08.2024г.
Место проведения	<p>Программа реализуется на базах:</p> <p>Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный центр «Юность» г. Горнозаводска.</p> <p>Муниципальное автономное учреждение «Горнозаводский городской многопрофильный центр «Алит».</p>

	<p>Загородный лагерь отдыха и оздоровления имени Саши Чекалина.</p> <p><i>Приложение 1 к конкурсной программе</i></p>
Целевые показатели выполнения	<ul style="list-style-type: none"> - Организация работы с целью 100-процентной сохранности детского контингента; - создание условий для выявления, поддержки и развития одаренных детей Горнозаводского городского округа; - формирование основных физических качеств спортсменов; - совершенствование подготовки спортсменов и развитие спортивной мотивации детей; - повышение уровня спортивного мастерства; - организация разнообразной досуговой деятельности; - воспитание навыков здорового образа жизни и осознанному отношению к здоровью.
Особая информация о программе	<p>Непрерывная тренировочная подготовка.</p> <p>Выявление одаренных детей.</p> <p>Комплексная спортивная подготовка на воде и суше.</p> <p>Использование обустроенных баз и площадок (лесной массив, плоскостные сооружения, спортивные комплексы).</p>

3. Планируемый срок реализации программы – с 02 августа по 22 августа 2024 года.

4. Финансирование программы:

Общая стоимость составляет 85 488,24 тысяч рублей.

Источники и виды расходов: Бюджет Горнозаводского городского округа (фонд оплаты труда – 50 488,24 рублей) и средства от приносящей доход деятельности (средства Гранта открытого муниципального конкурса Программ летнего отдыха и занятости детей и подростков – 35 000,0 рублей).

Смета расходов на приобретение спортивного инвентаря для реализации программы разновозрастного отряда физкультурно-спортивной направленности «К вершине Олимпа» и расчет ФОТ педагога - *Приложение №2 к конкурсной программе.*

5. Конкурсная программа

5.1 Организаторы программы:

Педагогический коллектив муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный центр «Юность» г. Горнозаводска
Адрес: г. Горнозаводск, ул. Школьная, 2.

База для реализации программы: Муниципальное автономное учреждение «Горнозаводский городской многопрофильный центр «Алит».

5.2 Участники: педагоги, дети и подростки.

Количественный состав: 30 человек.

Возраст участников: 12-17 лет.

Категория: несовершеннолетние. В приоритете - учащиеся спортивного направления (плавание) - победители, призеры, а также участники муниципальных и краевых спортивных соревнований.

5.3 Срок проведения: 02.08.2024г. – 22.08.2024 года, 21 календарный день.

5.4 Цели:

Создание условий для сохранения, укрепления, дальнейшего развития функциональной подготовленности организма юных спортсменов.

Подготовка пловцов для участия в муниципальных, региональных, всероссийских мероприятиях по плаванию в начале нового спортивного сезона.

Задачи:

- Повысить уровень спортивного мастерства;
- создать условия для выявления, поддержки и развития одаренных детей Горнозаводского городского округа;
- формировать основные физические качества спортсменов;
- совершенствовать теоретическую, техническую и психологическую подготовку спортсменов;
- развивать спортивную мотивацию детей;
- организовать разнообразный досуг;
- прививать навыки здорового образа жизни через оздоровление детей в условиях временного коллектива;
- способствовать формированию положительных межличностных отношений среди обучающихся;
- воспитывать целеустремленность и упорство: умение ставить перед собой цели, стремиться к их достижению, преодолевая трудности.

5.5 Основные концептуальные подходы к реализации программы:

1. Системно-деятельностный подход (организация процесса взаимодействия с ребёнком, в котором главное место отводится его активной, познавательной и самостоятельной деятельности).
2. Личностно-ориентированный подход (в приоритете - личность ребёнка, её самобытность, самооценку. При реализации подхода отношения «педагог-ребёнок» строятся на принципах сотрудничества и свободы выбора).
3. Экзистенциальный подход (формирование человека, умеющего сделать свой выбор, ответить на вопрос «Чем я хочу заниматься в жизни?», реализуя себя в соответствии с этим выбором).

5.6 Описание программы.

Разработка данной программы по организации летнего отдыха, оздоровления и занятости детей актуальна, так как организованный отдых учащихся пользуется повышенным спросом у родителей, а детям необходимо физическое и психологическое восстановление после учебного процесса.

Актуальность заключается в том, что программа позволяет осуществлять непрерывное дополнительное образование, полезную занятость детей и их оздоровление и решает противоречия:

- между потребностью семьи и государства иметь здоровое, сильное подрастающее поколение и неудовлетворительным состоянием здоровья современных детей;
- между наличием устаревших спортивных площадок и в отсутствии современных обустроенных тренировочных баз и спортивного инвентаря.
- между родителями (законными представителями) и дополнительным образованием, где ответственность за здоровье, воспитание и развитие подрастающего поколения несут все участники образовательного процесса. *Приложение 3 к конкурсной программе.*

Данная программа является завершающим этапом учебного года учащихся по дополнительной общеразвивающей программе по виду спорта плавание «Юность».

При реализации программы формируется интерес к занятиям спортом, совершенствуются физические качества (с преимущественной направленностью на развитие быстроты, ловкости, гибкости, координации движений), воспитываются эмоциональные и морально-волевые качества. Повышается количество участников спортивных мероприятий разного уровня.

Организация летнего оздоровления обеспечивает положительную динамику увеличения числа обучающихся ведущих здоровый образ жизни.

Основными формами осуществления спортивной подготовки по плаванию и ОФП являются:

1. Учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные, специализированные).
2. Учебно-тренировочные мероприятия (для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха спортсменов).
3. Оздоровительные мероприятия (способствуют охране жизни и укреплению здоровья, улучшению физического развития, совершенствованию функций организма, повышению его защитных свойств и устойчивости к различным заболеваниям, сопротивляемости к неблагоприятным условиям внешней среды).
4. Контрольно-измерительные мероприятия (соревнования, мониторинг, диагностика, контрольные нормативы, зачеты).

Приложение 4 к конкурсной программе.

Коллективные и индивидуальные и формы работы в разновозрастном отряде осуществляются с использованием традиционных методов (беседа, наблюдение, поручение, тренировка, соревнования); и методов интерактивного обучения (социально-психологические тренинги, ролевые игры, дискуссии), где дети учатся проживать конкретные ситуации.

Основные методы, используемые в процессе реализации программы:

Фронтальный - вид деятельности педагога и учеников в группе, когда все спортсмены одновременно выполняют одну и ту же общую для всех работу, для достижения высокой плотности тренировочных занятий и большой нагрузки.

Поточный метод - это когда учащиеся выполняют одно и то же упражнения по очереди один за другим без перерыва.

Посменный метод - учащиеся делятся на группы (подгруппы), для поочередного выполнения упражнения (одни выполняют, другие наблюдают).

Групповой метод – учащиеся по заданию педагога работают самостоятельно.

Индивидуальный метод - используется в зачётных занятиях, после выполнения упражнения учеником, где обращается внимание на недостатки и ошибки учащегося.

Приложение 5 к конкурсной программе.

При проведении занятий по плаванию и ОФП используются следующие **принципы:**

1. Принцип сознательности и активности;
2. Принцип наглядности;
3. Принцип систематичности;
4. Принцип динамичности;
5. Принцип доступности и индивидуализации.

Отличительная особенность программы заключается в том, что целенаправленный выбор ребенка достигается в пространстве, где для него создаются равные «стартовые» возможности для достижения оптимального уровня развития в плавании. Взаимодействие детей, родителей и педагога, направлено на помощь и поддержку одарённым и талантливым учащимся, поднимая их на качественно новый уровень индивидуального развития.

Учитывая специфику программы разновозрастного отряда, занятия становятся эффективнее, где, старшие спортсмены становятся наставниками для младших. Мотивация всех участников программы возрастает и достигается наилучший результат.

В процессе реализации программы используются инновации в плавании:

1. Использование тренажеров. Современные тренажеры для плавания позволяют пловцам тренироваться для достижения максимальных результатов.
2. Использование пульсометров. Пульсометры используются для контроля за сердечным ритмом во время тренировочных нагрузок.
3. Использование специальных плавательных костюмов и аксессуаров. Современные плавательные костюмы и аксессуары помогают улучшить технику движения и скорость пловцов.
4. Использование ментальной тренировки. Ментальная тренировка — это практика визуализации тренировок для достижения наилучших результатов; мобилизация предстартовых состояний пловцов и психологическая стабилизация спортсмена.

Целесообразность

Педагогическая значимость программы заключается в том, что программа универсальна и может быть использована для учебно-тренировочных сборов с круглосуточным пребыванием в каникулярный период (на базе муниципального автономного учреждения «Горнозаводский городской многопрофильный центр «Алит» и Загородный лагерь отдыха и оздоровления имени Саши Чекалина).

Предполагает сотрудничество со спортивными организациями Горнозаводского городского округа и Пермского края. Может быть рекомендована для работы тренерам, методистам спортивных школ, учителям физической культуры, молодым специалистам и педагогам дополнительного образования. *Приложение 6 к конкурсной программе*

Этапы реализации программы.

<p>I этап. Подготовительный. Март-май 2024 года. На данном этапе осуществляется:</p> <ul style="list-style-type: none"> - издание приказа о проведении летней кампании; - разработка программы деятельности; - подготовка методического материала для 	<p>II этап. Организационный. 02 августа 2024 года. Основной деятельностью этого этапа является:</p> <ul style="list-style-type: none"> -встреча детей, запуск программы. -знакомство, проведение инструктажей
--	---

<p>работников;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбор кадров для работы; - набор детей – участников программы; - составление необходимой документации для деятельности (план-сетка, инструкции т.д.) - проведение родительского собрания. 	
<p>III этап. Практический. 03.08 – 22.08.2024 года. Основной деятельностью этого этапа является:</p> <ul style="list-style-type: none"> -реализация программы РВО; -тренировки в рамках календарного плана; -оздоровительная работа; - диагностика. 	<p>IV этап. Аналитический. Август-сентябрь 2024 года. Основной идеей этого этапа является:</p> <ul style="list-style-type: none"> -подведение итогов смены; - мониторинг, анализ, выработка перспектив деятельности на следующий год

Календарный план программы «К вершине Олимпа» включает тематическое планирование тренировок на 21 день, теоритические и досуговые мероприятия.

Приложение 7 к конкурсной программе.

5.7 Кадровое обеспечение.

В соответствии со штатным расписанием в реализации программы участвуют:

Координатор

- Директор МАУ ДО ДООЦ «Юность» г. Горнозаводска.

Исполнители

- Педагоги дополнительного образования МАУ ДО ДООЦ «Юность» г. Горнозаводска.

Характеристика педагога дополнительного образования.

Ф.И.О. ответственного педагога	Образование, стаж работы	Опыт работы	Курсы повышения КК
Кузьмина Елена Васильевна	Высшее педагогическое Педагогический стаж 17 лет	Это грамотный и методически подготовленный педагог, обеспечивает повышение физической, морально-волевой, технической и спортивной подготовленности учащихся, укрепление здоровья в процессе занятий,	<ul style="list-style-type: none"> - «Развитие профессиональной компетентности педагога дополнительного образования в контексте концепции развития дополнительного образования детей и профессионального стандарта» – 72ч. , 2024г. ВШДА, г. Екатеринбург. - «Развитие детской одаренности в системе дополнительного образования» – 72ч, 2024г. ВШДА, г. Екатеринбург. - «Профилактика экстремизма и терроризма детской и молодежной среде, гармонизация межэтнических отношений в образовательной организации», 15ч, 2024г. ВШДА, г. Екатеринбург. - «Участие в региональном семинаре судей по

		<p>безопасность учебно-тренировочного процесса.</p> <p><i>Приложение 8 к конкурсной программе</i></p>	<p>плаванию «Новые правила спорта «плавание», 8 ч., 2024г., ФП ПК, г. Пермь.</p> <p>- «Комплексная безопасность детей» - 144ч, 2022г., ООО «ФРО», г. Брянск.</p> <p>- «Планирование и реализация доп. мероприятий по усилению мер безопасности в ОО», 72ч, 2022г., ООО «МИПКПКПФРО», г. Брянск.</p> <p>- «Теория и методика УТП по избранному виду спорта «плавание» - 340ч, 2021г., АНОДПО «НИИДОИПО», г. Москва.</p> <p><i>Приложение 9 к конкурсной программе</i></p>
--	--	---	--

Методические условия предусматривают:

- наличие необходимой документации (нормативно-правовые документы, приказы, программа)
- планы/распорядок дня;
- план тренировок, технологические карты;
- игры;
- методическая литература;
- диагностика. *Приложение 10 к конкурсной программе.*
- анкетирование.

5.8 Финансовое и материально-техническое обеспечение.

Стоимость программы – 85 488,24 рублей.

Источники финансирования:

Бюджет Горнозаводского городского округа и средства от приносящей доход деятельности.

Статьи затрат:

- заработная плата – 38 777,45
- начисления по выплатам по оплате труда – 11 710,79
- увеличение стоимости основных средств (спортивный инвентарь) – 35 000,00

Наличие материально-технического обеспечения.

В состав материальной базы входят учебное здание, спортивные помещения, площадки, сооружения, помещения административно-хозяйственного, санитарно-бытового и медицинского назначения, а также соответствующее учебное оборудование (средства обучения).

5.9 Ожидаемый эффект от реализации программы.

- Организация работы с целью 100 процентной сохранности детского контингента;
- создание условий для выявления, поддержки и развития одаренных детей

Горнозаводского городского округа;

- формирование основных физических качеств спортсменов;
- совершенствование подготовки спортсменов и развитие спортивной мотивации детей;
- повышение уровня спортивного мастерства;
- организация разнообразной досуговой деятельности;
- воспитание навыков здорового образа жизни и осознанному отношению к здоровью.

Литература

1. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. «Искусство тренировки пловца. Книга тренера». Издательство «ИТРК», 2019г.
2. ГОСТ Р 52887-2018. Национальный стандарт Российской Федерации. Услуги детям в организациях отдыха и оздоровления. Официальный портал Кодекс. Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. [Электронный ресурс]. URL: <https://docs.cntd.ru/document/1200160048> (дата обращения: 01.04.2022).
3. Д. Афремов «Разум чемпионов». Как мыслят, требуются и побеждают величие спортсмены». М.: «Азбука Бизнес», «Азбука Аттикус», 2023г.
4. Дополнительная общеразвивающая программа по плаванию «Юность». Ходыкина С.Ш., 2021г.
5. Закон Пермского края от 05.02.2016 г. № 602-ПК «Об организации и обеспечении отдыха детей и их оздоровления в Пермском крае».
6. Интернет-ресурсы.
7. Конституция Российской Федерации.
8. Методическое пособие «Психофункциональная подготовка спортсменов-пловцов». Б.В. Авдиенко, И.В. Бганцева, И.Н. Солопов, М.:, 2022г.
9. Нормативно-правовые акты Российской Федерации.
10. Приказ Министерства спорта России от 01.06.2021г. N 391 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта плаванию».
11. Приказ Минспорта России от 01.06.2021 N 391 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта плавание».
12. Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».