

**Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа
«Центр спорта инвалидов»**



УТВЕРЖДАЮ
Директор Э.В. Исаков

«10» апреля 2013 г.

Краткосрочная программа
повышения квалификации в системе дополнительного профессионального образования
мастер-классов по адаптивным видам спорта:
пауэрлифтингу, легкой атлетике, новусу

программа рассмотрена и утверждена
на заседании учебно-методического
Совета Центра спорта инвалидов

Протокол заседания №39-1 от 10 апреля 2013 года

**Ханты-Мансийск
2013**

Раздел 1. Общие положения.

1.1. Мастер-класс – один из наиболее эффективных современных способов обмена и распространения педагогического опыта путем прямого комментированного показа приемов и методов работы тренера, получившего признание в профессиональной среде, в процессе которого его участники приобретают соответствующие практические навыки.

1.2. Мастер-класс объединяет тренеров (специалистов, спортсменов), желающих получить полную информацию о накопленном опыте тренера-мастера, освоить и использовать разработанные и апробированные им на практике программы, методики, технологии.

1.3. Ведущим (автором) мастер-класса является тренер-мастер или спортсмен-мастер – высококвалифицированный работник физической культуры и спорта (тренер, тренер-преподаватель, инструктор-методист, руководитель структурного подразделения учреждения), обладающий индивидуальным стилем учебно-тренировочной деятельности, достигший высоких результатов в своей профессиональной деятельности.

1.4. Тренер-мастер при проведении мастер-класса руководствуется настоящим Положением и несет ответственность за достоверность и объективность фактов, представленных в материалах мастер-класса.

Раздел 2. Цели и задачи.

Программа «Мастер классы по отдельным видам адаптивного спорта» посвящена актуальным вопросам развития отдельных видов адаптивного спорта: пауэрлифтинга, легкой атлетики, новуса.

Главная цель проведения мастер классов по видам спорта: пауэрлифтингу, легкой атлетике, новусу состоит в том, чтобы повысить профессиональное мастерство тренеров (специалистов) – участников мастер-класса в процессе активного профессионального общения по освоению опыта работы тренера-мастера или спортсмена-мастера.

Основные задачи состоят в достижении следующих образовательных результатов:

2.1. Знать основные понятия, принципы, нормативно-правовые регуляторы и технологии организации, содержания, методики и направленность тренировочного процесса спортсменов с инвалидностью в отдельных видах адаптивного спорта; функций тренеров и иного персонала, задействованного в работе со спортсменами инвалидами;

2.2. Уметь разбираться в нормативных и методических документах, других информационных источниках по проведению тренировочных занятий и спортивных мероприятий в отдельных видах адаптивного спорта;

2.3. Знать проблематику организации безопасной жизнедеятельности спортсменов с инвалидностью и управления профессиональными рисками в сфере адаптивного спорта, методах формирования и механизмах утверждения стандартов и нормативов;

2.4 Владеть навыками практического использования нормативно-правовых и методических регламентаций по организации тренировочного процесса и управления рисками в сфере адаптивного спорта с учетом специфики отдельных видов спорта и состояния здоровья отдельных категорий инвалидов.

Раздел 3. Функции мастер-классов:

- участники должны овладеть навыками пауэрлифтинга, легкой атлетики, новуса, повысить навыки теоретической и практической подготовки и мотивации профессиональной деятельности;

- каждый участник должен научиться уметь моделировать свою систему тренировок;

- освоить понятия и определения тренировочного процесса согласно виду спорта;

- научиться определять проблемы тренировочного процесса и организации спортивных мероприятий по видам адаптивного спорта: пауэрлифтингу, легкой атлетике, новусу;

- освоить технологии безопасной спортивной деятельности спортсменов с инвалидностью и управления профессиональными рисками по видам спорта: легкой атлетике, пауэрлифтингу, новусу;

- уметь излагать материалы учебников, методических пособий, научных монографий и статей, нормативных актов;

- наличие собственной позиции и способность ее аргументировать.

Раздел 4. Организационно-методические данные программы.

Общая трудоемкость программы по видам адаптивного спорта: пауэрлифтингу, легкой атлетике и новусу семь часов.

Вид работы	Трудоемкость (в часах, мин.)
Общая трудоемкость	7
Аудиторная работа	7
Лекции	1 ч. 15 мин.
Практические занятия	3 ч. 45 мин.
Вид итогового контроля – экзамен	1

Содержание, методика и направленность тренировочного процесса спортсменов с инвалидностью в отдельном виде спорта; теоретические и прикладные аспекты построения учебного и тренировочного процесса в учреждениях олимпийского резерва и общеобразовательных школах-интернатах спортивного профиля

Особенности конструирования тренировочного процесса в отдельном виде спорта: пауэрлифтинге, легкой атлетике и новусе.

Обеспечение безопасности спортивной деятельности спортсменов с инвалидностью в отдельных видах спорта.

Методические подходы к типовой оснащенности тренировочных помещений и обеспечения особенностей их инфраструктуры с учетом вида спорта.

Стандартизация набора спортивного оборудования, инвентаря и оснащения.

Требования к компетенциям и квалификации тренеров по отдельным видам адаптивного спорта

Тема 1. Тренировочный процесс по пауэрлифтингу. Проводит семикратный чемпион мира, пятикратный чемпион Европы и восьмикратный чемпион России по пауэрлифтингу Алексей Воробьев

Лекция о пауэрлифтинге – 30 минут.

Демонстрация и описание спортивного оборудования, инвентаря и оснащения по пауэрлифтингу – 10 минут.

Показательное проведение тренировки по пауэрлифтингу (практическое занятие) – 30 минут.

Открытая дискуссия и ответы на вопросы слушателей по завершению тренировки по пауэрлифтингу – 30 минут.

Вид итогового контроля (экзамен) – 20 минут.

Тема 2. Тренировочный процесс по легкой атлетике (метательные и толкательные дисциплины). Проводят заслуженный тренер России по легкой атлетике Валерий Прохоров, четырехкратный Паралимпийский чемпион Алексей Ашапатов, победительница российских и международных соревнований Ольга Сергиенко.

Лекция – 40 минут.

Демонстрация и описание спортивного оборудования, инвентаря и оснащения – 15 минут.

Показательное проведение тренировки (практическое занятие) – 60 минут.

Открытая дискуссия и ответы на вопросы слушателей по завершению тренировки по легкой атлетике – 35 минут.

Вид итогового контроля (экзамен) – 30 минут.

Тема 3. Тренировочный процесс по новусу. Проводит руководитель Студии настольных спортивных игр Гунтарс Бралитис

Лекция о новусе – 30 минут.

Демонстрация и описание спортивного оборудования, инвентаря и оснащения по новусу – 10 минут.

Показательное проведение тренировки (практическое занятие) – 30 минут.

Открытая дискуссия и ответы на вопросы слушателей по завершению тренировки новусу – 30 минут.

Вид итогового контроля (экзамен) – 20 минут.

Раздел 5. Формируемые компетенции

По окончании обучения у слушателей должны быть сформированы следующие компетенции:

общие

ОК – 1 – Умение теорию применять в практике, переоценивать накопленный опыт и конструктивно принимать решения по совершенствованию подготовки спортсменов по адаптивным видам спорта: пауэрлифтингу, легкой атлетике, новусу. Способность критического анализа своих возможностей.

ОК – 2 – Компетенция ответственности, готовность к ответственности за свои решения, умение оценить последствие своих решений.

профессиональные

ПК – 1 - Владеть современными методами подготовки спортсменов с инвалидностью по адаптивным видам спорта: пауэрлифтингу, легкой атлетике, новусу.

ПК – 2 – Наличие навыков к разработке методических рекомендаций по проведению тренировочного процесса и организации соревнований по адаптивным видам спорта: пауэрлифтингу, легкой атлетике, новусу.

ПК – 3 – Готовность к работе с людьми с инвалидностью, в их интересах.

Раздел 6. Формы контроля по программе. Критерии оценки знаний, умений, навыков.

Итоговый контроль.

Для контроля усвоения данной программы учебным планом предусмотрен экзамен *в соответствии с учебным планом*, который проводится в письменной форме.

Текущий контроль. В процессе обучения выполняется

промежуточный экзамен по каждому модулю мастер-класса по адаптивным видам спорта: пауэрлифтингу, легкой атлетике, новусу.

Выполнение всех заданий является обязательным для всех слушателей.

Критерии оценки знаний, умений, навыков: свободное владение понятиями и определениями, знание основных проблем тренировочного процесса и организации спортивных мероприятий по отдельным видам адаптивного спорта, технологии безопасной спортивной деятельности спортсменов с инвалидностью и управления профессиональными рисками в области отдельных видов адаптивного спорта, умение излагать материалы учебников, методических пособий, научных монографий и статей, нормативных актов, наличие собственной позиции и способность аргументировать собственную позицию.

Раздел 7. Учебно-методическое обеспечение программы

7.1. Список вопросов для подготовки к экзамену:

- Содержание, методика и направленность тренировочного процесса спортсменов с инвалидностью в пауэрлифтинге, легкой атлетике и новусе.
- Основные положения нормативно-правовых и методических документов, касающихся подготовки спортсменов инвалидов.
- Особенности конструирования тренировочного процесса в пауэрлифтинге, легкой атлетике и новусе с учетом особенностей инвалидов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
- Обеспечение безопасности спортивной деятельности спортсменов инвалидов во время занятий пауэрлифтингом, легкой атлетикой и новусом.
- Стандартизация набора спортивного оборудования, инвентаря и оснащения для пауэрлифтинга, легкой атлетики и новуса.
- Требования к компетенциям и квалификации тренеров по пауэрлифтингу, легкой атлетике и новусу.

7.2. Основная литература:

- Л.П. Храпылина. Реабилитация инвалидов. М.: издательство Экзамен, 2006.
- Э.В. Исаков. Методические рекомендации по порядку открытия отделений адаптивной физической культуры в муниципальных учреждениях физической культуры и спорта. Ханты-Мансийск: издательский дом «Новости Югры», 2011.
- Э.В. Исаков. Методический рекомендации: особенности и специфика выбора вида адаптивного спорта для лиц с инвалидностью.

Ханты-Мансийск: издательский дом «Новости Югры», 2011.

- А.В. Царик. Сборник нормативных правовых документов в области паралимпийского спорта. М.: издательство Советский спорт, 2009.
- Ю.Н. Верхало. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов. М.: издательство Советский спорт, 2004.
- А.В. Царик. Физическая реабилитация и спорт инвалидов: нормативно-правовые документы, механизмы реализации, практический опыт и рекомендации. М.: издательство Советский спорт, 2004.
- Л.П. Шипицина, И.И. Мамайчук. Психология детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата. М.: издательство Владос, 2004.
- Классификационный кодекс международного паралимпийского комитета и международные стандарты. М.: издательство РАСМИРБИ, 2008.

7.3. Дополнительная литература:

- Храпылина Л.П. Технологии государственной и муниципальной социальной деятельности. М.: издательство РАГС, 2009
- Журнал. Социальная политика и социальное партнерство.
- Журнал. Медико-социальная экспертиза и реабилитация.
- www.government.ru – интернет-портал Правительства Российской Федерации
- www.minzdrav.ru – официальный сайт Министерства здравоохранения РФ
- www.mintrud.ru – официальный сайт Министерства труда и социальной защиты РФ
- www.gks.ru – официальный сайт Федеральной службы государственной статистики
- www.csi-ugra.ru – официальный сайт бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр спорта инвалидов»
- www.mmpsr.ru - официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации.
- www.paralymp.ru – официальный сайт Паралимпийского комитета Российской Федерации.