

Утверждено:
Директор ГБУ ДО РД
«Спортивная школа «Эндирей»
А. Ш. Асакаев



**Государственное Бюджетное Учреждение
Дополнительного Образования Республики Дагестан
«Спортивная школа «Эндирей»**

**Дополнительная образовательная
спортивная программа по виду спорта
«УШУ»**

Разработано на основе федеральных стандартов спортивной подготовки по боксу.
Приказ Минспорта России от 23 ноября 2022 г. № 1065.

с. Эндирей 2023г.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «УШУ»

Пояснительная записка

Китайская гимнастика ушу - одна из систем развития и оздоровления Человека. Формирует у него осознание цельности миропонимания и осознание себя (своего «я») в этом мире.

Система ушу ориентирована на правильное понимание и развитие нравственно-этических, интеллектуальных, психо энергетических и физических способностей человека вне зависимости от возраста и состояния здоровья.

Методика проведения занятий базируется на основе традиционных китайских направлений цигун, внутренних (мягких) и внешних (жестких) стилей Воинских искусств.

Занятия ушу способствуют гармоничному развитию ребенка, формированию духовного и физического начал в человеке, оздоровлению, профилактике простудных, дыхательных, неврологических заболеваний, развитию творчества в детях и лидерских качеств.

Программа имеет ***физкультурно-спортивную направленность***.

Ушу является сложно-координационным видом спорта, оказывающим разностороннее воздействие на организм занимающегося. Многообразие видов ушу делает его доступным средством физической культуры для разных возрастных групп занимающихся. Ушу способствует развитию таких качеств, как ловкость, сила, выносливость, быстрота реакции; развивает координацию, чувство равновесия, даёт необходимые навыки самообороны. Важной положительной чертой является и то, что занятия ушу не требуют специального инвентаря и оборудования и не предъявляют завышенных требований к месту их проведения.

Новизна данной программы заключается в том, что в процессе занятий изучение движений идет путем сравнения их с образами животного и растительного мира.

Актуальность программы заключается в том, что занятия ушу способствуют гармоничному развитию ребенка, формированию духовного и физического начал в человеке, оздоровлению, профилактике простудных, дыхательных, неврологических заболеваний, развитию творчества в детях и лидерских качеств.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что ушу как вид физкультурно-спортивной деятельности решает задачу оздоровления детей. Профилактика простудных заболеваний, дыхательных, неврологических заболеваний, плоскостопия, формирование правильной осанки и укрепление опорно-двигательного аппарата в целом. Занятия в коллективе позволяют снять стресс, решают проблему дефицита общения.

Занятия ушу призваны сформировать уверенных в собственных силах, целеустремленных, физически крепких и здоровых личностей.

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «УШУ» предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке УШУ с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «УШУ», утвержденным приказом Минспорта России от 23 ноября 2022 г. № 1065.

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.

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

Приложение №1

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполняемость
Этап начальной подготовки	2 - 3	7	10
Учебно – тренировочный этап (Этап спортивной специализации)	4 - 5	8	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	Не ограничивается	12	2
Этап высшего спортивного мастерства	Не ограничивается	14	1

2. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

Приложение №2

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно – тренировочный этап (Этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-14	12-18	16-24	20-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-728	624-936	832 - 1248	1040 - 1664

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

учебно-тренировочные занятия групповые, смешанные и индивидуальные.

учебно-тренировочные занятия:

Приложение №3

№ 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	Этап совершенствования спортивного	Этап высшего спортивного мастерства

			спортивной специализации)	мастерства	
1. Учебно – тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1	Учебно – тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2	Учебно – тренировочные мероприятия по подготовке к Чемпионатам России, кубкам России, Первенствам России.	-	14	18	21
1.3	Учебно – тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4	Учебно – тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта РФ.	-	14	14	14
Специальные учебно – тренировочные мероприятия					
2.1	Учебно – тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	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						
	Этапы начальной подготовки			Учебно – тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	От года до двух лет	Свыше двух лет	До трех лет	Свыше трех лет		
Для спортивной дисциплины «бокс»							
Контрольные	1	1	2	2	2	2	2
Отборочные	-	-	1	2	3	4	5
Основные	1	1	2	3	4	5	6

Годовой учебно-тренировочный план:

Приложение №4

№ п/п	Виды подготовки	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
1	Общая физическая подготовка	35 - 39	33 - 39	25 - 30	23 - 30	20 - 25	15 - 20
2	Специальная физическая подготовка	15 - 17	15 - 17	17 - 24	17 - 24	18 - 24	20 - 26
3	Участие в соревнованиях	1-2	1-2	3 - 10	5 - 12	5 - 14	6 - 16
4	Техническая подготовка	42 - 54	42 - 54	42 - 54	42 - 54	42 - 54	42 - 56
5	Тактическая, теоретическая и психологическая подготовка	3 - 6	3 - 6	3 - 21	3 - 21	3 - 21	3 - 18
6	Инструкторская и судейская практика	-	-	1 - 3	1 - 4	2 - 4	2 - 4
7	Медицинские, медико – биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1 - 3	1 - 3	2 - 4	2 - 4	4 - 6	5 - 10

4. Календарный план воспитательной работы:

Приложение № 5

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Патриотическое воспитание спортсменов		
1.1	Теоретическая подготовка	Беседы, встречи, диспуты	Учебно – тренировочный график

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

Приложение № 6

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма		Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Начальной подготовки	1. Веселые старты	«Честная игра»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий / программа, фото/ видео
	2. Теоретическое занятие	«Ценности спорта. Честная игра»	1 раз в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе
	3. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)		1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки дома).

	4. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	По назначению	Проведение викторины на крупных спортивных мероприятиях в регионе
	5. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	6. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
	7. Семинар для тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Роль тренера и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте РФ.
Учебно – тренировочный этап	1. Веселые старты	«Честная игра»	1-2 раза в год	Предоставление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео.
	2. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	3. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	По назначению	Проведение викторины на спортивных мероприятиях
	4. Семинар для спортсменов и тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации
	5. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования
	2. Семинар	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Процедура допингконтроля» «Подача запроса на ТИ» «Система АДАМС»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации

6. Планы инструкторской и судейской практики:

Приложение №6

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Профориентационная деятельность		
1.1	Судейская практика	Спортивные соревнования различного типа	Учебно – тренировочный график
	Инструкционная практика	Учебно – тренировочные занятия	Режим учебно – тренировочного процесса

7. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств:

Приложение №7

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Здоровье сбережение		
1.1	Медико – биологическое исследование	Исследование организма спортсмена после/до тренировочной и соревновательной деятельности	Учебно – тренировочный график
1.2	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и воспитательные процессы	Режим учебно-тренировочного процесса

III. Система контроля.

8. 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:

8.1 На этапе начальной подготовки:

изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом; повысить уровень физической подготовленности;
овладеть основами техники вида спорта «УШУ»; получить общие знания об антидопинговых правилах; соблюдать антидопинговые правила;
ежегодно выполнять контрольно – переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

8.2. На учебно – тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):
повышать уровень физической, технической, тактической, и психологической подготовленности; изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «УШУ» 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 «УШУ»; 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 и втором и третьем году;

принимать участие в официальных спортивных соревнованиях проведения 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.

8.3 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 «УШУ»; 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;
показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «второй спортивный разряд» не реже одного раза в два года;
принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня межрегиональных спортивных соревнований;
получить уровень спортивной квалификации (спортивный разряд), необходимый для зачисления и перевода на этап высшего спортивного мастерства.

8.4. На этапе начальной подготовки:

изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом; повысить уровень физической подготовленности;
овладеть основами техники вида спорта «УШУ»; получить общие знания об антидопинговых правилах; соблюдать антидопинговые правила;

ежегодно выполнять контрольно – переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;

принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований;

показывать результаты, соответствующие присвоению спортивного разряда «первый спортивный разряд» или выполнять нормы и требования, необходимые для присвоения спортивного разряда «кандидат в мастера спорта» или спортивного звания «мастер спорта России» не реже одного раза в два года;

достичь результатов уровня спортивной сборной команды Российской Федерации и (или) спортивной сборной команды Российской Федерации;

демонстрировать высокие спортивные результаты в межрегиональных, всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

9. 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.

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

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «УШУ»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	Девочки
1. Нормативы общей физической подготовки						
1.1	Бег на 30 м	с	Не более		Не более	
			6,9	7,1	6,5	6,7
1.2	Челночный бег 3x10 м	с	Не более		Не более	
			12,0	12,2	11,5	11,7
1.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	См	Не менее		Не менее	
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее		Не менее	
2. . Нормативы для специальной физической подготовки						
2.1	Подъем ног из виса на гимнастической стенке в положение «угол»	Кол.	Не более		Не более	
			3	1	5	3
2.2	Прыжки вверх с исходного положения упор присев за 1 мин.	Кол.	Не более		Не более	
			18	16	20	18
2.3	Двойной прыжок в длину с места	см	Не более		Не более	
			280	270	300	290
2.4	Прыжки в длину на одной ноге 10 м	с	Не менее		Не менее	
			6,2	6,4	5,8	6,0
2.5	Шпагат продольный (фиксация положения)	с	Не менее		Не менее	
			5,0		7,0	
2.6	Шпагат поперечный (фиксация положения)	с	Не менее		Не менее	
			5,0		7,0	
2.7	Исходное положение – сед, ноги вместе. Наклон вперед, калени выпрямленные (фиксация положения)	с	Не более		Не более	
			5,0		7,0	
2.8	Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 60 см, фиксация положения)	с	Не менее			
			5,0			

Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «бюкс»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			Мальчики/юноши	Девочки/девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 30 м	с	Не более	
			6,7	6,8
1.2	Челночный бег 3x10 м	с	Не более	
			9,9	10,0

1.3	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	См	Не менее	
			+3	+5
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			120	140
2. . Нормативы для специальной физической подготовки				
2.1	Бег на 500 м.	Мин, с	Не более	
			2.15	2.30
2.2	Прыжки вверх с исходного положения упор присев за 1 мин.	Кол.	Не более	
			20	
2.3	Двойной прыжок в длину с места	см	Не более	
			330	325
2.4	Подтягивание из виса на перекладине	кол	Не более	
			2	1
2.5	Подъем ног из виса на гимнастической стенке положение «угол»	кол	Не менее	
			7	5
2.6	Шпагат продольный (фиксация положения)	с	Не менее	
			10,0	
2.7	Шпагат поперечный (фиксация положения)	с	Не менее	
			10,0	
2.8	Исходное положение – сед, ноги вместе. Наклон вперед , калении выпрямленные (фиксация положения)	с	Не более	
			10,0	
2.9	Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 60 см, фиксация положения)	с	Не менее	
			5,0	

Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации(спортивные разряды) для зачисления и перевода обучающихся на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «бокс»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			Мальчики/ юноши	Девочки/ девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не более	
			+9	+13
1.2	Челночный бег 3x10 м	с	Не более	
			7,9	8,2
1.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	См	Не менее	
			180	165
2. Нормативы для специальной физической подготовки				
2.1	Бег на 500 м.	Мин, с	Не более	
			1,55	2,00
2.2	Прыжки вверх с исходного положения упор присев за 1 мин.	Кол.	Не более	
			35	33
2.3	Двойной прыжок в длину с места	см	Не более	
			440	400
2.4	Подтягивание из виса на перекладине	кол	Не более	
			7	4
2.5	Подъем ног из виса на гимнастической стенке положение «угол»	кол	Не менее	
			12	10
2.6	Шпагат продольный (фиксация положения)	с	Не менее	
			15,0	
2.7	Шпагат поперечный (фиксация положения)	с	Не менее	
			15,0	
2.8	Исходное положение – сед, ноги вместе. Наклон вперед , калении выпрямленные (фиксация положения)	с	Не более	
			10,0	
2.9	Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 60 см,	с	Не менее	

	фиксация положения)		5,0
--	---------------------	--	-----

Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода обучающихся на этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «бокс»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			Мальчики/юноши	Девочки/девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	Не менее	
			+11	+15
1.2	Челночный бег 3x10 м	с	Не более	
			7,2	8,0
1.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			120	140
1.4	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Кол раз	Не менее	
			49	43
2. . Нормативы для специальной физической подготовки				
2.1	Прыжки вверх с исходного положения упор присев за 1 мин.	Кол.	Не более	
			42	37
2.2	Двойной прыжок в длину с места	см	Не более	
			500	420
2.3	Подтягивание из виса на перекладине	Кол раз	Не менее	
			15	5
2.4	Подъем ног из виса на гимнастической стенке положение «угол»	кол	Не более	
			20	15
2.5	Шпагат продольный (фиксация положения)	с	Не менее	
			15,0	
2.6	Шпагат поперечный (фиксация положения)	с	Не менее	
			15,0	
2.7	Исходное положение – сед, ноги вместе. Наклон вперед , калении выпрямленные (фиксация положения)	с	Не более	
			15,0	

и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки: «Третий юношеский спортивный разряд», «Второй юношеский спортивный разряд», «Первый юношеский спортивный разряд», «Третий спортивный разряд».

IV. Рабочая программа по виду спорта (спортивной дисциплине)

14. Программный материал для учебно – тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки указана в Приложении №3.

15. Учебно – тематический план указан в Приложении №4

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам.

16. К особенностям осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «бокс» относится реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «бокс», по которым осуществляется спортивная подготовка.

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

17. Материально – технические условия реализации программы:

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1	Ковер для ушу (комплект с подложкой)	штук	1
2	Манекен Вин Чун (мужэньчжуан)	штук	1

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно – тренировочный этап		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				Кол.	Срок эксп.	кол	Срок эксп.	кол	Срок эксп.	кол	Срок эксп.
1	Спортивный инвентарь «гунь», «цян»	штук	На обуч.	-	-	1	1	2	1	2	1
2	Спортивный инвентарь «цзучзебянь», «саньцзегунь»	штук	На обуч	-	-	1	1	2	1	2	1
3	Спортивный инвентарь «цзянь», «дао», «наньдао»	штук	На обуч	-	-	1	1	2	1	2	1
4	Спортивный инвентарь «шуандао», «шуангоу», «шуанбишоу» «шуанцзянь»	штук	На обуч	-	-	1	1	2	1	2	1

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно – тренировочный этап		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				Кол.	Срок эксп.	кол	Срок эксп.	кол	Срок эксп.	кол	Срок эксп.
1	Костюм для выступлений «Ифу»	штук	На обуч.	-	-	-	-	1	1	1	1
2	Обувь для ушу	пар	На обуч	-	-	1	1	2	1	2	1
3	Футболка	штук	На обуч	-	-	2	1	2	1	2	1
4	Чехол для переноски спортивного инвентаря	штук	На обуч	-	-	1	1	2	1	2	1

18. Кадровые условия реализации программы:

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

Уровень квалификации тренеров – преподавателей и иных работников Организации должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер – преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 года № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021г; регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03. 2019 №191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный №54519), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 86615) или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный №22054).

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Профориентационная деятельность		
1.1	Судейская практика	<p>Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; 	В течении года
1.2.	Инструкторская практика	<p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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	Здоровьесбережение		
2.1	Организация и проведение мероприятий, направленных на	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:	В течении года

	формирование здорового образа жизни	- 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.	
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, период сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета).	В течении года
3	Патриотическое воспитание обучающихся		
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 течении 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 парадах, церемониях открытия (закрытиях), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно – спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.	В течении года
4	Развитие творческого мышления		
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;	

		<ul style="list-style-type: none">- развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения;- правомерное поведение болельщиков;- расширение общего кругозора юных спортсменов;	
5	Другое направление работы, определяемое организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.		