

Аннотация к программе спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением «ОДА» (дисциплина «лыжные гонки»)

Программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол» (дисциплина «лыжные гонки») разработана на основе федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением «ОДА», утверждённого приказом Министерства спорта РФ от 27.11.2014 г.

№ 132

Основная цель Программы: социализация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья и повышение уровня качества жизни через участие в тренировочной и соревновательной деятельности, стремление к максимально возможной самореализации в одной из дисциплин спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (далее – спорт лиц с поражением ОДА).

Задачи программы:

1. достижение максимального (рекордного) результата в конкретной дисциплине спорта лиц с поражением ОДА;
2. овладение высоким уровнем спортивного мастерства, формирование спортивной культуры инвалидов, приобщение их к историческому опыту в данной сфере;
3. освоение мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей физической культуры;
4. освоение новых социальных ролей и функций, расширение круга лиц для осуществления коммуникативной деятельности;
5. повышение уровня качества их жизни и др.

Коррекционные задачи:

1. нормализация двигательной активности;
2. восстановление мышечной силы;
3. предотвращение развития атрофии мышц, профилактика и лечение контрактур и деформаций костно-суставного аппарата;
4. выработка способности к самостоятельному перемещению, нормализация нарушенного обмена веществ, нормализация дыхания.

Специальные задачи:

1. формирование системы оптимального объема и режима двигательной активности;
2. содействие (при наличии стойкого ограничения самостоятельного передвижения) развитию компенсаторных механизмов, восстановлению способности к манипулятивным действиям, бытовому, профессиональному обучению, переобучению, необходимости и возможности социально полезной трудовой деятельности, сохранению семьи;
3. оценка уровня двигательных возможностей инвалидов с учетом индивидуальных способностей, уровня и степени повреждения спинного мозга и нарушения двигательной активности с целью адекватного выбора рекомендованного вида спорта;
4. создание предпосылок для углубленной спортивной подготовки;
5. обеспечение всесторонней физической подготовленности;
6. расширение арсенала навыков и умений;
7. воспитание стойкого интереса к занятиям спортом, сознательности и дисциплинированности.

Программа рассчитана на 52 недели в год.

Программа реализуется по следующим этапам спортивной подготовки, определяет минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки, минимальное количество лиц, периоды спортивной подготовки, функциональные группы, лиц, проходящих спортивную подготовку:

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Периоды спортивной подготовки	Функциональные группы	Наполняемость групп (человек)
-----------------------------	------------------------------------	---	-------------------------------	-----------------------	-------------------------------

Этап начальной подготовки	Без ограничений	9	До года	III	10
				II	8
				I	3
			Свыше года	III	8
				II	6
				I	2
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Без ограничений	11	До года	III	6
				II	5
				I	2
			Второй и третий годы	III	5
				II	4
				I	2
			Четвертый и последующие годы	III	4
				II	3
				I	1
Этап совершенствования спортивного мастерства	Без ограничений	15	Все периоды	III	3
				II	2
				I	1

Результаты освоения программы спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением «ОДА» (дисциплина «лыжные гонки»), оцениваются по итогам сдачи контрольно-переводных нормативов по общей и специальной физической подготовки.

По результатам сдачи нормативов осуществляется перевод спортсменов на следующий год этапа подготовки. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжать спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.