

Учебно-методический комплекс дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы«Ледовая подготовка для начинающих»

УМК программы состоит из трех компонентов:

1. учебные и методические пособия для педагога и учащихся;
2. система средств обучения;
3. система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя составленные педагогом списки литературы и интернет-источников, необходимых для работы педагога и учащихся.

Список литературы для педагогов:

1. Апанасенко Г.Л. Физическое развитие детей и подростков: учебник / Г.Л. Апанасенко. – Киев: Здоров'я, 1985. – 80 с.
2. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей / Б.А.Ашмарин. – М.: Физкультура и спорт, 1978. - 223 с.
3. Бальсевич В.К. Перспективы развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания / П.И. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. - 1999. - №4. - С. 17-19.
4. Баршай В.М. Физическое развитие, физическая подготовленность и работоспособность учащихся и молодежи : учеб. пособие / В.М.Баршай, А.И.Бобкин. - Р-н-Д.: гос. пед. ин-т, 1987. - 160 с.
5. Бертенёв Л.В. Бег на короткие дистанции / Л.В.Бертенёв. - М.: ФиС, 1973. -стр. 31 - 38.
6. Богданова Л.А. Соотношение тренировочных нагрузок юных конькобежцев на этапе начальной спортивной специализации : автореф. дис. канд. пед. наук/ Л.А.Богданова; ВНИИФК. - М., 1994. - 26 с.
7. Вайцеховский С.М. Книга тренера / С.М.Вайцеховский. - М.: Физкультура и спорт, 1971.-161 с.
8. Васелкин М.С. Обучение 14-16 летних конькобежцев технико– тактическим действиям на средних и длинных дистанциях многоборья в связи с их индивидуальными особенностями : автореф. дис.... канд. пед. наук/ М.С.Васелкин;ВНИИФК. - М., 2003. - 26 с.
9. Вашляев Б.Ф.Оптимизация тренировочных воздействий в подготовке квалифицированных конькобежцев - многоборцев: автореф. дис. канд. пед. наук / Б.Ф. Вашляев; Академия. - Тюмень, 2000. - 26 с.
10. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте / Ю.В.Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 247 с.
11. Власов А.Е. Моделирование нагрузки соревновательных дистанций в учебно-тренировочном процессе 14-16 летних конькобежцев с учетом их индивидуальных особенностей: автореф. дис. канд. пед. наук / А.Е.Власов;ВНИИФК. - М., 2000. - 20 с.
12. Гончаров Н.Н. Физические качества спортсменов / Н.Н. Гончаров. - Киров Академия, 1952. - 162 с.
13. Колле У.Н. Силовая подготовка / У.Н.Колле, А.В.Журбина // Легкая атлетика. - 1977. №9. - С.6-7.
14. Панов Г.М. Конькобежный спорт: Ежегодник / Г.М.Панов. – М.: - ФИЗ, 1981. - 80 с.
15. Панов Г.М. Конькобежный спорт: Ежегодник / Г.М.Панов. – М.: - ФИЗ, 1983. - 72 с.
16. Конькобежный спорт: проблемы, суждения, решения: сб. науч. – метод. статей / под ред. О.М. Мотузка; УралГАФК. – Челябинск, 1997. - 145 с.
17. Конькобежный спорт: Журнал./ Выпуск декабрь 2000г. / «Юнайтет пресс» - М., - 2000г. - стр. 15-16.
18. Конькобежный спорт: Журнал // «Юнайтет пресс». - 2000. - №9. - С. 24-25.
19. Панов Г.М. Конькобежный спорт / Г.М.Панов // Выпуск 2: сб. статей; ФИЗ.- М., 1980. - С. 71.
20. Конькобежный спорт: учебник / под ред. Е.П.Степаненко. - М. - Физкультура и спорт, 1977. - 186 с.

Список литературы для учащихся:

1. Яковлев В. Игры для детей. М., ФиС, 1975.
2. Половцев В. Г. Конькобежный спорт в школе. Минск, «Народная асвета». 1973.
3. Гончаров В. А., Чернов А. И. Без гимнастики нельзя. М., ФиС, 1975.
4. Радионенко А., Чумаков А. Уроки Геркулеса. М., ФиС, 1974.
5. Геллер Е. М., Когут Л. П. На коньках, салазках, лыжах. Минск, «Народная асвета», 1967.
6. Осокина Т. И. Лыжи и коньки детям. М., изд. «Просвещение», 1966.
7. Глязер С. Зимние игры и развлечения. М., ФиС, 1972.
8. Фатеева Е. М., Балашова В. А., Хаустова Т. Н. Питание школьников и подростков. М., «Медицина», 1974.
9. Подарь Г.К., Степаненко Е.П. Конькобежный спорт в ДЮСШ. М., Фис, 1971.
10. Порфириев Б.А. Летящая надо льдом. Горький, 1966.
11. Жукова Р.М. Лед, сталь и характер. М., ФиС, 1965.
12. Шелухин А. Крылатые коньки. М., ФиС, 1965.
13. Рябинин Б. Ледяная корона В. и Б. Стениных. Свердловск, 1963.
14. Гохман Ф.Г. Волшебники олимпийских катков. М., «Советская Россия», 1960.
15. Мельников Я.Ф. Полвека в спорте. М., «Советская Россия», 1960.
16. Исакова М.Г. К заветным рубежам. М., «Советская Россия», 1959.

Второй компонент – система средств обучения.

Организационно-педагогические средства:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, конспекты открытых занятий, проведенных педагогом в рамках реализации программы и вступлений на соревнованиях;
- методические рекомендации для педагогов по проведению занятий, по вопросам обучения конькобежному спорту;
- методические рекомендации для родителей по вопросам воспитания;
- разработанные педагогом памятки для детей и родителей по вопросам подготовки к соревнованиям.

Дидактические средства:

- иллюстративный материал к темам программы:
 - плакаты с изображением строения скелета человека и его мышц;
 - фотографии великих спортсменов конькобежного спорта;
 - иллюстрации костюмов, коньков;
- электронные образовательные ресурсы:
 - компьютерные презентации, разработанные педагогом по темам программы;
 - банк учебных фильмов;
 - банк видеоматериалов с записями выступлений ведущих конькобежцев России и мира;
 - банк видеоматериалов выступлений коллектива на соревнованиях.

Основой **третьего компонента** – системы средств контроля результативности обучения по программе – служат:

- диагностические и контрольные материалы (диагностические и информационные карты, анкеты для детей и родителей, задания по темам программы и т.д.)
- нормативные материалы по осуществлению групповых и массовых форм работы с учащимися (Положения о соревнованиях и т.п.).

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Основной показатель работы секции по конькобежному спорту - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Педагоги секции используют варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные ведущими отечественными специалистами.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2-3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) всеучащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольно-переводные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные тесты проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных тестов с заданиями. Кроме того, контрольные старты незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Возможные формы фиксации результатов:

- Анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степень удовлетворенности образовательным процессом в объединении»;
- Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения»;
- Видеозаписи и фотографии участия в соревнованиях;
- и другие, разработанные в учреждении.