

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ХОРИНСКАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

Принята на заседании
педагогического совета
от «07» 09 2023 г.,
протокол № 1

«Утверждаю»:
Директор МАУ ДО
«Хоринская ДЮСШ»
Доржиев.Б.О.

Приказ № 105 «07» 09 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«СТРЕЛЬБА ИЗ ЛУКА»

Возраст учащихся: 10 - 17 лет
Срок реализации: 3 года (648 час.)
Уровень программы: стартовый, базовый, продвинутый

Автор - составитель:
Гончикова Туяна Владимировна
тренер-преподаватель

с. Хоринск, 2023

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы
 - 1.1. Пояснительная записка
 - 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты
 - 1.3. Содержание программы

2. Комплекс организационно педагогических условий
 - 2.1. Календарный учебный график
 - 2.2. Условия реализации программы
 - 2.3. Формы аттестации
 - 2.4. Оценочные материалы
 - 2.5. Методические материалы
 - 2.6. Список литературы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Основные характеристики программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Стрельба из лука» реализуется в соответствии нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (статья 75, пункт 2) «Об образовании в РФ» <https://www.zakonrf.info/zakon-ob-obrazovanii-v-rf/75/>
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/>
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14". <https://docs.cntd.ru/document/420207400>
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; <https://rg.ru/documents/2015/06/08/vospitanie-dok.html>
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»). https://summercamps.ru/wp-content/uploads/documents/document_metodicheskie-rekomendacii-po-proektirovaniyu-obscherazvivayuschih-program.pdf
- Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"// Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №2. <https://укцсон.пф/upload/documents/informatsiya/organizatsiya-otdykha-i-ozdorovleniya-detey/3.%20%D0%A1%D0%9F%202.4.3648-20.pdf>
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020г. № ВБ – 976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий» <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/73931002/>
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам” <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/>

- Устав МАУ ДО «Хоринская ДЮСШ»
https://hor-dyussh.buryatschool.ru/upload/buryaschor_dyussh_new/files/f5/79/f5791e833c772dc7641399ea89b98004.pdf

Актуальность:

Свободный доступ к интернету и гаджетам часто приводит к ситуации, когда ребенок, занятый виртуальными развлечениями, перестает общаться с друзьями вживую, выходить на прогулки даже во двор. Поэтому занятия стрельбой из лука могут стать интересной альтернативой пассивному образу жизни, виртуальному миру. Данный вид спорта развивает концентрацию внимания, собранность и мышцы. Так, незаметно для себя, ребенок отвлекается от виртуального мира и улучшает здоровье, которое из-за сидячего образа жизни часто оставляет желать лучшего.

Обучение включает в себя следующие основные предметы (разделы):

Стрельба из лука

Вид программы:

Модифицированная программа – это программа, в основу которой, положена примерная (типовая) программа либо программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательной организации, возраста и уровня подготовки детей, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Адресат программы: Программа рассчитана на детей в возрасте от 10-17 лет. Для того чтобы значительно повысить работоспособность (физическую и умственную), создать надежные предпосылки к укреплению здоровья, необходимо заниматься не менее четырех - шести часов в неделю, с учетом факторов, ограничивающих физическую нагрузку – отсутствие специфических двигательных навыков и адаптации к физическим нагрузкам.

Средние школьники: 10(11) – 14 лет

Старшие школьники: 14 - 17 лет.

Срок и объем освоения программы:

3 года, 648 педагогических часов, из них:

- «Стартовый уровень» - 1 год, 216 педагогических часов;
- «Базовый уровень» - 1 год, 216 педагогических часов;
- «Продвинутый уровень» - 1 год, 216 педагогических часов;

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательной деятельности: группы разновозрастные

Режим занятий:

Предмет	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Стрельба из лука	6 часов в неделю 216 часов в год	6 часов в неделю; 216 часов в год.	6 часов в неделю 216 часов в год

1.2. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ, ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Цель:

Вовлечение максимального числа детей и подростков в систему спортивной подготовки по стрельбе из лука, направленную на гармоничное развитие физических качеств, изучение базовой техники стрельбы из лука, волевых и морально-этических качеств личности, формирования потребности к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

Формирование спортивного мастерства стрелков из лука, к которому относятся состояние здоровья, дальнейшее развитие физических качеств, функциональной подготовленности, совершенствование техникотактического арсенала, воспитание специальных психических качеств и формирование соревновательного опыта с целью повышения спортивных результатов.

Образовательные задачи:

Обучающие –

1. Освоить знания о физической культуре и спорте, роли и формировании здорового образа жизни;
2. Обучить умению использовать различные системы и виды физических упражнений в самостоятельных занятиях физической культурой;
3. Сформировать знания, умения, навыки в стрельбе из лука;
4. Обучить и совершенствовать технику двигательных действий, а также способам контроля за физической нагрузкой, показателями физической подготовленности.

Развивающие –

1. Выявление уровня способностей детей (пед. диагностика «УСД»).
2. Повысить техническую и тактическую подготовленность в виде спорта «Стрельба из лука»;
3. Развивать основные физические качества: силу, выносливость, координацию и гибкость;
4. Расширить функциональные возможности организма.

Воспитательные –

1. Воспитать ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
2. Воспитать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной соревновательной деятельности;
3. Воспитать организованность, самостоятельность, активность в процессе двигательной деятельности;
4. Воспитать нравственные и волевые качества личности учащихся;
5. Воспитать привычку к самостоятельным занятиям.

Ожидаемые результаты:

	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
Знать	<p>Знать и иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о физической подготовке и её связи с развитием физических качеств, - знать простейшие правила проведения соревнований по стрельбе из лука, - знать части и правила сборки классического лука. 	<p>Знать и иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> - о физической подготовке и её связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения; - о физической нагрузке и способах ее регулирования; - о технике безопасности во время занятий по стрельбе из лука, профилактике травматизма. 	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности развития избранного вида спорта; - психофункциональные особенности собственного организма; - индивидуальные способы контроля над развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности; - способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений п площадок; - правила личной гигиены, профилактики травматизма, оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - выполнять сборку классического лука; - осуществлять замеры базы (расстояние между рукояткой и тетивой, за 	<ul style="list-style-type: none"> - выполнять сборку и разборку классического лука ; - осуществлять выстрелы на дистанции 18 метров; 	<ul style="list-style-type: none"> - технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях

	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
	<p>техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - регулировать прицел лука; - соблюдать безопасность при выполнении упражнений. 	<ul style="list-style-type: none"> - подсчитывать число набранных очков и запись в ведомость очков; - регулировать плунжер; - соблюдать безопасность при выполнении упражнений; - оказывать доврачебную помощь. 	<p>соревновательной деятельности и организации собственного досуга;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей коррекции осанки и телосложения; - разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности; - контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций; - управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками.
Владеть	<p>Базовыми приёмами для занятий стрельбой из лука</p>	<p>Владеть и применять приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной</p>	<p>Владеть навыками судейства, воспитывать инструкторские навыки, совершенствовать навыки самостоятельных занятий;</p>

	Стартовый уровень	Базовый уровень	Продвинутый уровень
		<p>жизни для:</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведения самостоятельных занятий по подготовке к стрельбе из лука, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений; - включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг. 	<ul style="list-style-type: none"> - владеть культурой общения; - соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях; - пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий по стрельбе из лука.
Проявлять	Разностороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.	Разностороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.	Совершенствовать всестороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств, ловкости и общей выносливости. Проявлять самостоятельность.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
«Стрельба из лука»
Стартовый уровень (1 год обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие (3 ч.)					
1	Вводное занятие	3	1	2	Опрос, наблюдение
Раздел 1. История развития стрельбы из лука (3 ч.)					
2	История развития стрельбы из лука	3	3		Опрос, тест
Раздел 2. Элементарные понятия о стрельбе из лука, как о виде спорта (20ч.)					
3	Элементарные понятия о стрельбе из лука, как виде спорта	20	5	15	Опрос
Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы (124 ч.)					
4	Основные упражнения и технические приемы	124	24	100	Контрольные нормативы, Соревнования
Раздел 4. Специальные упражнения и технические приемы (64 ч.)					
5	Специальные упражнения и технические приемы	64	19	45	Контрольные нормативы, Соревнования
Итоговое занятие (2ч.)					
6	Итоговое занятие	2	-	2	Тестирование
	Итого:	216	52	164	

Расширенный календарно-учебный план

Ссылка: Инфо-урок [infourok.ru>user/gonchikova-tuyana-vladimirovna](https://infourok.ru/user/gonchikova-tuyana-vladimirovna)

**«Стрельба из лука»
Стартовый уровень (1 год обучения)
Содержание учебного плана**

Вводное занятие (3 ч.)

Теория (1ч.). Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь стрелка.

Практика (2ч.). Начальная диагностика знаний, умений и навыков.

Форма контроля: Опрос, наблюдение.

Раздел 1. История развития легкой атлетики (3ч.)

Теория (3ч.). Происхождение стрельбы из лука. Развитие стрельбы из лука в России и за рубежом.

Форма контроля: Опрос, тест.

**Раздел 2. Элементарные понятия о стрельбе из лука, как о виде спорта
(20ч.)**

Теория (5ч.). Основы и правила стрельбы из лука. Правила поведения в спортивном зале. Правила, организация и проведения соревнований по стрельбе из лука. Значение физических упражнений для укрепления здоровья, для подготовки к трудовой деятельности.

Практика (15ч.). Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.

Форма контроля: Опрос.

Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы (124 ч.)

Теория (24ч.). Техничко-тактические приёмы. Влияние физических упражнений на организм человека.

Практика (100ч.).

Упражнения для развития выносливости: бег, подтягивание на перекладине, отжимания от пола, общеразвивающие упражнения; тренировка с резиной. Стрельба на дистанции 3 метра.

Форма контроля: Контрольные нормативы.

Раздел 3. Специальные упражнения и технические приемы (64 ч.)

Теория (19ч.). Техничко-тактические приёмы. Влияние физических упражнений на организм человека.

Практика (45ч.).

1. Ознакомление с отдельными элементами и частями классического лука. Изучение техники стрельбы из лука (ознакомление с техникой, изучение движений рук и плеч, изучение работы лука в сочетании со стрелой).

2. Изучение техники выстрела (ознакомление с техникой, изучение движений упорной руки, изучение натягивающей руки, выпуск тетивы).

3. Изучение техники стрельбы на короткой дистанции (ознакомление с техникой, изучение техники стрельбы с кликером, изучение техники холостого выстрела, выполнение натягиваний лука без стрелы с фиксацией на выносливость.

Форма контроля: Контрольные нормативы. Соревнование.

Итоговое занятие (2ч.)

Практика (2ч.). Промежуточная аттестация. Итоговое тестирование уровня подготовки первого года обучения.

Форма контроля: Тестирование.

«Стрельба из лука» Базовый уровень (2 год обучения) Учебный план

Таблица 1.3.2

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие (3 ч.)					
1	Вводное занятие	3	1	2	Опрос, наблюдение
Раздел 1. Развитие общей физической подготовки (74 ч.)					
2	Развитие общей физической подготовки	74	22	52	Сдача нормативов Соревнования
Раздел 2. Развитие специальной физической подготовки (88 ч.)					
3	Специальная физическая подготовка	88	28	60	Сдача нормативов Соревнования
Раздел 3. Техничко-тактическая подготовка (47 ч.)					
4	Техническая подготовка	47	14	33	Сдача нормативов, Соревнования
Контрольная диагностика (4 ч.)					
8	Контрольная диагностика	4	-	4	Зачет
	Итого:	216	65	151	

Расширенный календарно-учебный план

Ссылка: **Инфо-урок** [infourok.ru>user/gonchikova-tuyana-vladimirovna](http://infourok.ru/user/gonchikova-tuyana-vladimirovna)

**«Стрельба из лука»
Базовый уровень (2 год обучения)
Содержание учебного плана**

Вводное занятие (3ч.)

Теория (1ч.). Содержание второго года обучения. Знакомство с курсом программы 2 года обучения. Повторный инструктаж по технике безопасности. Правила оказания первой помощи.

Практика (2ч.). Диагностика определения уровня освоения теоретической части программы.

Форма контроля: Опрос, наблюдение.

Раздел 1. Развитие общей физической подготовки (74 ч.)

Теория (22ч.). Средства восстановления после нагрузки.

Практика (52ч.). Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнение на развитие силы. Бег в равномерном темпе. Эстафетный бег.

Форма контроля: Сдача нормативов.

Раздел 2. Развитие специальной физической подготовки (88 ч.)

Теория (28ч.). Влияние физических и природных факторов на технику стрельбы из лука. Технические приемы.

Практика (60ч.).

1. Ознакомление с отдельными элементами техники стрельбы. Изучение техники стрельбы (ознакомление с техникой, изучение движений ног и спины, изучение работы рук в сочетании с движением спины и лопаток).

2. Изучение техники командной стрельбы (ознакомление с техникой, изучение передвижений членов команды).

3. Изучение техники стрельбы на дальние дистанции (30, 50, 60, 70, 90 метров)

4. Обучение технике спаррингов. Стрельба в спарринге.

Форма контроля: Сдача нормативов. Соревнования.

Раздел 3. Техничко-тактическая подготовка (47 ч.)

Теория (14ч.). Правила квалификационных раундов, спаррингов, финальных дуэлей. Тактическая подготовка стрелков.

Практика (33ч.). Работа спины и лопаток при стрельбе. Работа рук при стрельбе. Действия стрелка после сигналов судьи. Тактические приемы при выполнении выстрела.

Форма контроля: Сдача нормативов. Соревнования.

Контрольная диагностика (4 ч.)

Практика (4ч.). Промежуточная аттестация. Итоговое тестирование уровня подготовки второго года обучения.

Форма контроля: Зачет.

**«Стрельба из лука»
Продвинутый уровень (3 год обучения)
Учебный план**

Таблица 1.3.3

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие (3 ч.)					
1	Вводное занятие	3	1	2	Опрос, тест
Раздел 1. Развитие общей физической подготовки (70 ч.)					
2	Развитие общей физической подготовки	70	12	58	Тестирование, сдача нормативов
Раздел 3. Развитие специальной физической подготовки (90 ч.)					
3	Развитие специальной физической подготовленности	90	20	70	Тестирование, сдача нормативов
Раздел 3. Техничко-тактическая подготовка (49 ч.)					
4	Техничко-тактические приемы	49	10	39	Контрольные нормативы
Итоговое занятие (4 ч.)					
8	Контрольная диагностика	4	-	4	Зачет, анализ
	Итого:	216	43	173	

Расширенный календарно-учебный план

Ссылка: Инфо-урок [infourok.ru>user/gonchikova-tuyana-vladimirovna](https://infourok.ru/user/gonchikova-tuyana-vladimirovna)

«Стрельба из лука»
Продвинутый уровень (3 год обучения)
Содержание учебного плана

Формы контроля: Опрос, тест, мини-тест, контрольные нормативы, соревнование, анализ.

Вводное занятие (3 ч.)

Теория (1ч.). Повторный инструктаж по технике безопасности, меры предохранения от перегревания, первая помощь при спортивных травмах, закаливание.

Практика (2ч.). Диагностика с целью определения уровня освоения теоретической части программы.

Форма контроля: Опрос, тест.

Раздел 1. Развитие общей физической подготовки (70 ч.)

Теория (12ч.). Средства восстановления после нагрузки.

Практика (58ч.). Упражнения для развития общей физической подготовки: ОРУ на месте и в движении, бег на различные дистанции, упражнения с гантелями, штангой, подвижные и спортивные игры. Упражнения с мячами и спец приспособлениями.

Упражнения для развития скорости: бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения; прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствия; силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног; гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза; упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Упражнения с резиной имитирующие выстрел из лука, подвижные игры и эстафеты.

Соревнования. Командные встречи.

Форма контроля: Тестирование, сдача нормативов.

Раздел 2. Развитие специальной физической подготовки (90 ч.)

Теория (20ч.). Влияние специальных физических упражнений на технику стрельбы. Технические приемы.

Практика (70ч.). Стрельба по мишени на кучность. Стрельба в заранее определенный район прицеливания по мишени. Стрельба с установкой на максимальный результат с различных

дистанций в отдельных сериях.
Стрельба с установкой на результат с уменьшением времени, отводимого на стрелковую серию с изменением темпа и ритма стрельбы.
Дуэльная стрельба, контрольная стрельба.
Стрельба в усложненных метеорологических условиях.
Стрельба с искусственно вводимыми помехами (замена отдельных элементов материальной части: лук, тетива, напальчник и т.п.; изменение освещенности; введение звуковых раздражителей и т.п.). Стрельба на соревнованиях.

Форма контроля: Тестирование, сдача нормативов.

Раздел 3. Техничко-тактическая подготовка (49 ч.)

Теория (10ч.). Особенность специальных упражнений при стрельбе на короткие и дальние дистанции, командной стрельбе. Техничко-тактическая подготовка стрелков.

Практика (39ч.). - удержание растянутого лука с сопротивлением 60% от максимального условия в течение 5- 6 с с интервалами отдыха 2-3 с; - удержание растянутого лука с сопротивлением в течение 5-6 с с интервалом отдыха 10- 15 с; - прицеливание с растянутым луком на различных дистанциях; - прицеливание с растянутым луком по уменьшенной мишени. Упражнения с элементами прицеливания можно выполнять, изменяя длительность удержания лука в растянутом положении, иногда доводя время удержания до предельного (работа «до отказа»).

Форма контроля: Контрольные нормативы.

Итоговое занятие. Контрольная диагностика (4 ч.)

Практика (4ч.). *Контрольная диагностика.* Подведение итогов. Анализ достижений, рекомендации.

Форма контроля: Зачет. Анализ, рекомендации.

2.Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2.1.1.

Количество учебных недель	36 недель
Количество учебных дней	1 год обучения- 216 (108 дней) 2 год обучения- 216 (108 дней) 3 год обучения- 216 (108 дней)
Даты начала и окончания учебного года	С 1 сентября по 31 мая
Сроки промежуточной аттестации	Апрель, май каждого года обучения

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1.

Аспекты	Характеристика (заполнить)
Материально-техническое обеспечение	- для занятия стрельбой из лука помещение должно быть стандартным, с определенной дистанцией; - тренажеры; - щит - материалы для щита (изолон); - лук (рукоятка, плечи, прицел, тетива, стабилизаторы); - стрелы (карбоновые, алюминиевые, деревянные); - резиновый амортизатор; - колчан, напальчник, крага, вязочка.
Информационное обеспечение	- учебное пособие по технике и тактике; - аудио - видео - фото - интернет источники: archery-sila.ru; lukdeda.ru; Sherwoodtir.ru, клуб стрельбы из лука «Варяг»....
Кадровое обеспечение	тренер-преподаватель I категории, высшее профессиональное образование.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.

Формами аттестации являются:

- Наблюдение
- Тестирование
- Сдача контрольных нормативов (тестов) по видам спорта
- Выступление на официальных соревнованиях
- Выполнение разрядных требований Единой Всероссийской спортивной квалификации.

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.

Таблица 2.4.1.

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Уровень развития социального опыта учащихся	Учебно-методическое пособие «Мониторинг качества образовательного процесса в УДОД» Р.Д. Хабдаева, И.К. Михайлова
Уровень сохранения и укрепления здоровья учащихся	«Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений» под ред. М.М. Безруких
Уровень теоретической подготовки учащихся	Устное тестирование по темам, Итоговые работы
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	Изучение удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения (методика Е.Н.Степановой)
Оценочные материалы (указать конкретно по предметам в соответствии с формами аттестации)	<p>Этапный контроль позволяет подвести итоги учебно-тренировочной работы за определенный период: в течение нескольких лет, года, макро цикла или этапа.</p> <p>Текущий контроль направлен на оценку текущих состояний, которые являются следствием нагрузок серии занятий тренировочных или соревновательных микроциклов.</p> <p>Оперативный контроль предусматривает оценку оперативных состояний — срочных реакций организма спортсмена на нагрузки в ходе отдельных тренировочных занятий или соревнований.</p> <p>Самоконтроль также входит в систему контроля за эффективностью спортивной подготовки.</p> <p>Контрольно-переводные нормативы проводится два раза в год (в начале и в конце учебного года).</p>

Ссылка: <http://www.archery-sila.ru/teoriya/metodika-obuchenia.html>

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Открытое занятие
- Беседа
- Встреча с интересными людьми
- Игра
- Презентация
- Мини-конференция
- Мастер-класс
- Мини-чемпионат
- Турнир

Педагогические технологии с указанием автора:

- Технология индивидуального обучения (Инге Унт; А.С. Границкая; В.Д. Шадриков)
- Технология группового обучения (Б.Л. Ливер)
- Технология коллективного взаимодействия (Э.Л.Ефимова)
- Технология дифференцированного обучения (Г.К.Селевко; Л.М.Дятлова)
- Здоровье сберегающая технология (Т.В.Ахутина; М.М. Безруких, В.Д. Сонькина)

Дидактические материалы:

Ссылка: <http://www.archery-sila.ru/teoriya/metodika-obuchenia.html>

2.6. Список литературы

Список литературы для тренера-преподавателя:

1. Богданов А.И. Специальная подготовка стрелка из лука. - М.: ФиС, 1971.
2. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер. - М.: ДОСААФ, 1995.
3. Володина И. С. Физическая подготовка стрелка-спортсмена. - М: РГАФК, 1995.
4. Десятникова Л.Л. Формирование у студентов профессиональных умений для выполнения и исправления ошибок в технике стрельбы из лука. - М.: ГЦОЛИФК, 1997.
5. Десятникова Л.Л. Формирование у студентов институтов физической культуры профессиональных умений по выявлению и исправлению ошибок в технике стрельбы из лука: Диссертация на соискание ученой степени канд. пед. наук. - М., 1997.
6. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания. - М.: Просвещение, 1995.
7. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания. - М.: ФиС, 1998.
8. Корх А.Я. Спортивная стрельба. - М: ФиС, 1996.
9. Корх А.Я., Комова Е.В. Комплексный контроль в пулевой стрельбе. - М.: ГЦОЛИФК, 1995.
10. Лаптев А.П., Шилин Ю.Н. Спортивный режим стрелка из лука. - М.: РГАФК, 1997.
11. Нормативные требования для поступающих в Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. - М.: Лика, 2003.
12. Немогаев В. В., Шилин Ю. Н. Стрельба из лука// Стрелковый спорт и методика преподавания. - М.: ФиС, 1996.
13. Пулевая стрельба: Программа для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ. - М.: Комитет по ФК и Спри Совете Министров СССР, 1987.
14. Стрельба из лука: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства. – М.: Советский спорт, 2006.

Перечень Интернет-ресурсов

1. <http://www.lib.sportedu.ru> – научно-методический журнал «Физическая культура».
2. http://www.budi.ru/article/hupp/vy/lygnyi_sport.htm – журнал «Движение жизнь».
3. <http://www.olimpiada.dljatebja.ru> – Летние и зимние олимпийские игры.
4. <http://www.infosport.ru> - Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту.
5. www.elibrary.ru – Научная электронная библиотека.
6. www.pedlib.ru – Педагогическая библиотека.

7. www.nlr.ru – Российская национальная библиотека.
8. www.rsl.ru – Российская государственная библиотека.
9. www.fpo.asf.ru – Сайт факультета педагогического образования.
10. www.archery.ru – Сайт Российской Федерации стрельбы из лука.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 56329272446943365375691549892248362578707919110

Владелец Доржиев Б. О.

Действителен с 22.03.2023 по 21.03.2024