

« Утверждаю»
Директор ГБОУ ДО РА « СШОР № 1»

С.М. Суханов

« 29 » 2023г.

Приказ № 162 от 29.08.2023



Положение

***об организации учебно-тренировочного процесса в
Государственной бюджетной организации
дополнительного образования Республики Адыгея
«Спортивная школа олимпийского резерва № 1»***

г.Майкоп

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение об организации учебно-тренировочного процесса (далее – Положение) разработано в целях организации и проведения тренировочных мероприятий для обеспечения качественной подготовки спортсменов и повышения их спортивного мастерства.

1.2. Положение определяет направленность, содержание и продолжительность тренировочных мероприятий в зависимости от уровня подготовленности спортсменов, задач и ранга предстоящих или прошедших спортивных соревнований, с учетом классификации тренировочных сборов.

1.3. Положение направлено на повышение уровня спортивных результатов спортсменов и эффективности тренировочного процесса путем создания максимально комфортных условий для спортивной подготовки спортсменов.

1.4. Тренировочные мероприятия проводятся согласно Календарного плана спортивных мероприятий Организации.

1.5. Тренировочные мероприятия классифицируются на:

1.5.1. Тренировочные мероприятия, предусмотренные федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта. Участниками тренировочных мероприятий являются лица, проходящие спортивную подготовку в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки по виду спорта.

1.5.2. Тренировочные мероприятия в составе спортивных сборных команд Республики Адыгея. Участниками тренировочных мероприятий являются спортсмены, тренеры, медицинские работники, специалисты в области физической культуры и спорта, привлекаемые технические специалисты и иные специалисты, участвующие в подготовке спортсменов, включенных в списки спортивных сборных команд.

1.6. Тренировочные мероприятия подразделяются на:

- тренировочные мероприятия для спортсменов, включенных в списки кандидатов в спортивные сборные команды Российской Федерации и Республики Адыгея;
- тренировочные мероприятия по подготовке к соревнованиям;
- специальные тренировочные мероприятия.

1.7. При проведении тренировочных мероприятий организацией утверждается:

- приказ, смета расходов на проведение тренировочных мероприятий (сборов) в соответствии с Приказом Комитета Республики Адыгея по физической культуре и спорту от 30 декабря 2022 года № 521 «Об

утверждении порядка финансирования спортивных мероприятий и нормативов расходования средств по материальному обеспечению спортивных мероприятий согласно плану спортивных мероприятий Комитета Республики Адыгея по физической культуре и спорту»;

– персональный список спортсменов, тренеров и других участников тренировочного мероприятия.

1.8. По окончании тренировочного мероприятия ответственный за проведение тренировочного мероприятия в течение 3 (трех) рабочих дней заполняет отчет о проведении тренировочного мероприятия по форме.

2. Организация и форма осуществления тренировочной деятельности

2.1. Организацию учебно-тренировочного процесса осуществляют:

- администрация Организации;
- старшие тренеры-преподаватели;
- тренеры-преподаватели;
- старший инструктор-методист;
- инструктор-методист.

2.2. Основными формами тренировочного процесса являются:

– тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом возрастных особенностей;

– индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно планам подготовки с одним или несколькими учащимися, объединенными для подготовки к выступлению на соревнованиях;

- теоретические занятия;
- самостоятельная работа учащихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная аттестация учащихся;
- система спортивного отбора.

2.3. Максимальная продолжительность одного занятия в течение дня при реализации спортивной подготовки рассчитывается в астрономических часах (60 минут) с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки, и не может превышать:

- на этапе начальной подготовки – 2-х часов;
- на тренировочном этапе – 3-х часов;

– на этапе спортивного совершенствования 4-х часов.

При проведении тренером более одного тренировочного занятия в день, суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 часов.

2.4. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с учащимися из разных групп. При этом необходимо соблюдать все перечисленные ниже условия:

- разница в уровне подготовки учащихся не превышает двух спортивных разрядов;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения.

2.5. Организация обеспечивает непрерывный тренировочный процесс с учетом следующих особенностей:

- сроки начала и окончания тренировочного процесса определяются с учетом сроков проведения спортивных мероприятий;
- начало занятий в Организации предусмотрено не ранее 8.00 часов и не позднее 20.00 часов;
- занятия проводятся в любой день недели, включая выходные дни и каникулы.

Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым тематическим планом, рассчитанным на 52 недели, в соответствии с федеральным стандартом по виду спорта.

2.6. Тренировочный процесс подлежит ежегодному планированию в соответствии с федеральными требованиями по виду спорта:

- перспективное планирование (программа спортивной подготовки);
- ежегодное планирование;
- рабочие программы.

2.7. Методическая деятельность в Организации направлена на:

- планирование, организацию и подведение итогов тренировочной и методической работы в учреждении;
- повышение эффективности тренировочного процесса, внедрение в спортивную практику передовых, инновационных методов, обеспечивающих высокие спортивные результаты;
- мобилизацию тренерско-преподавательского состава на повышение качества тренировочного процесса, в целях развития массового спорта, роста показателей физической, морально-волевой и спортивной подготовки учащихся;
- информирование об опыте работы Организации в СМИ, на сайте Организации.

3. Комплектование тренировочных групп

3.1. Зачисление в группы проводится на основании заявления родителей (законных представителей); регистрации в навигаторе дополнительного образования и в АИС «Мой спорт» посредством государственной информационной системы «Единая цифровая платформа «Физическая культура и спорт» на Единой цифровой платформе Российской Федерации «ГосТех» (далее – ГИС «Спорт»).

3.2. Комплектование групп на этапах спортивной подготовки осуществляется с учетом возраста спортсменов, возрастных закономерностей становления спортивного мастерства (выполнение разрядных нормативов), объемов недельной тренировочной нагрузки, спортивных результатов.

3.3. В Организацию принимаются лица, желающие заниматься спортом, не имеющие медицинских противопоказаний. Минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки устанавливается в программах спортивной подготовки по видам спорта в соответствии с федеральными стандартами.

3.4. Особенности зачисления в группы на этапах подготовки:

- группы этапа начальной подготовки (ГНП) комплектуются согласно федеральным стандартам по виду спорта, не имеющих медицинских противопоказаний, желающих заниматься спортом, успешно сдавшие приемные и переводные контрольные нормативы в соответствии с возрастом и годом обучения. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного спорта и выполнение контрольных нормативов для зачисления на тренировочный этап;

- группы тренировочного этапа (УТГ) комплектуются согласно федеральным стандартам по виду спорта, прошедших необходимую подготовку на этапе ГНП не менее одного года, при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных программой спортивной подготовки;

- группы этапа спортивного совершенствования (СС) формируются согласно федеральным стандартам по виду спорта, прошедших этап подготовки в группах УТГ, выполнивших (подтвердивших) разряд «Кандидат в мастера спорта», при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной спортивной подготовке, установленных программой спортивной подготовки.

3.5. Решением тренерского совета допускается зачисление лиц в группы ГНП и УТГ второго и третьего года обучения после сдачи ими

контрольных нормативов по ОФП (на этапе ГНП) и ОФП и СПФ на этапе УТГ, и медицинской справки о состоянии здоровья.

3.6. Наполняемость групп и объем тренировочной нагрузки определяется с учетом техники безопасности и программой спортивной подготовки.

3.7. Зачисление учащихся на все этапы оформляется приказом директора Организации.

3.8. Сроки проведения тестирования результативности и подведение итогов реализации программы:

– два раза в год (ноябрь, май) – проводится промежуточная аттестация, в течение года ведется текущий контроль.

4. Объемы реализации спортивной подготовки

4.1. Для осуществления тренировочного процесса Организация самостоятельно ежегодно разрабатывает календарный план спортивных мероприятий, план работы на текущий год и расписание тренировочных занятий, утвержденный директором Организации.

Легкая атлетика

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	ГНП		УТГ		СС	ВСМ
	До года	Свыше года	До 3-х лет	Свыше 3-х лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-14	12-18	18-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	468-728	624-936	936-1248	1248-1664

Прыжки на батуте

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	ГНП		УТГ		СС	ВСМ
	До года	Свыше года	До 3-х лет	Свыше 3-х лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-12	12-16	16-18	18-24
Общее	234-312	312-416	520-624	624-832	832-936	936-1248

количество часов в год						
------------------------	--	--	--	--	--	--

Скалолазание

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	ГНП		УТГ		СС	ВСМ
	До года	Свыше года	До 3-х лет	Свыше 3-х лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-16	16-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-832	832-936	1040-1248	1248-1664

Пляжный волейбол

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	ГНП		УТГ		СС	ВСМ
	До года	Свыше года	До 3-х лет	Свыше 3-х лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-12	12-18	18-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-624	624-936	936-1248	1248-1664

Теннис

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	ГНП		УТГ		СС	ВСМ
	До года	Свыше года	До 3-х лет	Свыше 3-х лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-12	12-18	18-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-624	624-832	832-936	936-1248

4.2. Изменения в расписании занятий допускается по производственной необходимости и в случаях объявления карантина только по приказу директора Организации.

5. Правила поведения в Организации

5.1. Тренер-преподаватель, обеспечивающий спортивную подготовку обучающихся, соблюдает правовые, нравственные и этические нормы, следует требованиям профессиональной этики, применяет методически обоснованные и обеспечивающие высокое качество спортивной подготовки формы, методы учебно-тренировочного процесса.

5.2. Родители (законные представители) обучающихся соблюдают правила внутреннего распорядка Организации, требования локальных нормативных актов, которые устанавливают режим занятий обучающихся, порядок регламентации образовательных отношений между Организацией и обучающимися и (или) их родителями (законными представителями) и оформления возникновения, приостановления и прекращения этих отношений.

5.3. Родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся имеют право знакомиться с содержанием образования, используемыми методами обучения и воспитания, образовательными технологиями, а также с оценками успеваемости своих детей, присутствовать на тренировочных занятиях.

5.4. В случае ограничения непосредственного присутствия родителей на учебно-тренировочном процессе своих детей, по требованию родителей и согласованию с Организацией и Родительским советом ГБОУ ДО РА «Спортивной школы олимпийского резерва №1» возможен контроль со стороны родителей через систему видеонаблюдения с трансляцией учебно-тренировочного процесса своих детей в специально оборудованной зоне в учреждении. Трансляция осуществляется исключительно в помещениях Организации, запись храниться ограниченное время и используется в строго служебных целях, с безусловным соблюдением законодательства о защите персональных данных.

6. Техника безопасности в местах проведения тренировочных занятий и соревнований

6.1. Ответственность за безопасность жизни и здоровья учащихся возлагается на тренеров-преподавателей, непосредственно проводящих тренировочные занятия.

6.2. Тренер-преподаватель обеспечивает порядок в раздевалках, несет ответственность за порядок в группах, следит за соблюдением требований техники безопасности.

6.3. При занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках (стадионе) необходимо строго выполнять требования безопасности, соблюдать следующие правила:

- заниматься только тренером, обязательно выполнять все его указания;
- быть в соответствующей форме – одежде и обуви, следить за ее опрятностью;
- не выходить на место проведения тренировочного занятия без сопровождения тренера;
- не приступать к выполнению упражнений и тренировочных занятий без команды тренера;
- выполнять упражнения, убедившись в их безопасности для себя и окружающих;
- соблюдать дистанцию и порядок на занятиях;
- использовать инвентарь и оборудование по их прямому назначению;
- соблюдать технику безопасности и требования охраны труда в соответствии с инструктажами по ТО для занимающихся и работников Организации, с которыми участники спортивной подготовки знакомятся в установленные сроки.