

Рассмотрено и рекомендовано к  
утверждению на заседании  
педагогического совета

Протокол

от «14» августа 2023 г.

№ 4

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДО «Спортивная  
школа «Волна»» г.Казани



## ПОЛОЖЕНИЕ

об индивидуальном плане спортивной подготовки  
в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования  
«Спортивная школа «Волна»» г.Казани

г.Казань

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение об индивидуальном плане спортивной подготовки в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа “Волна”» г.Казани (далее – Учреждение) разработано в соответствии с:

Федеральным законом РФ от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»;

приказом Министерства спорта РФ от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;

приказом Министерства спорта РФ от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

Уставом Учреждения.

1.2. Индивидуальный план спортивной подготовки представляет собой план, обеспечивающий освоение обучающимися программ спортивной подготовки в полном объеме по видам спорта на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и потребностей конкретного обучающегося.

1.3. Основной целью реализации индивидуального плана спортивной подготовки является освоение обучающимися программ спортивной подготовки в полном объеме для достижения высоких спортивных результатов.

1.4. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки в обязательном порядке осуществляется на этапах тренировочного (спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

## **2. Требования к индивидуальному плану спортивной подготовки**

2.1. Индивидуальный план спортивной подготовки определяет объем учебно-тренировочной и соревновательной нагрузки с распределением часов по этапам и разделам спортивной подготовки.

2.2. В индивидуальный план спортивной подготовки входят следующие обязательные элементы:

данные обучающегося (фамилия, имя, отчество, год рождения, спортивный разряд или звание);

фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя;

лучший спортивный результат за последние два года;

основные цели и задачи на планируемый год;  
прохождение медицинских осмотров;  
соревновательная деятельность (планируемые результаты контрольных, отборочных и основных спортивных соревнований);  
учебно-тренировочные мероприятия.

2.3. Индивидуальный план спортивной подготовки формируется тренером-преподавателем для каждого спортсмена на учебно-тренировочный год, в соответствии с единым календарным планом Республики Татарстан, а также в соответствии с единым календарным планом Российской Федерации, оформляется документально, подписывается тренером-преподавателем, обучающимся, врачом по спортивной медицине, согласовывается заместителем директора по учебно-спортивной работе и утверждается директором Учреждения.

### **3. Периоды работы по индивидуальным планам спортивной подготовки**

3.1. Работа по индивидуальному плану спортивной подготовки осуществляется:

в период подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях;  
в праздничные дни;  
в каникулярный период;  
во время нахождения тренера-преподавателя в очередном отпуске и/или командировке;  
во время отсутствия тренера-преподавателя по уважительной причине;  
в период восстановления обучающегося после травмы.

### **4. Порядок реализации индивидуального плана спортивной подготовки**

4.1. Работа по индивидуальным планам проводится согласно годовым учебно-тренировочным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу, включает в себя самостоятельную работу обучающихся.

4.2. Учебно-тренировочные мероприятия по реализации индивидуального плана спортивной подготовки являются обязательными и регулируются учебно-спортивным отделом.

4.3. Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию.

4.4. Непосредственный контроль за выполнением обучающимся индивидуального плана спортивной подготовки осуществляет тренер-преподаватель.

4.5. Итогом освоения программ спортивной подготовки являются личные достижения обучающихся:

выполнение разрядных требований;

занятые призовые места на спортивных соревнованиях;

сдача контрольно- переводных нормативов.