

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ ЗАСЛУЖЕННОГО МАСТЕРА СПОРТА ГАЛИМЗЯНА САЛИХОВИЧА
ХУСАИНОВА» НУРЛАТСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН**

Принято

На заседании тренерского совета МБУ
«Спортивная школа им.Г.С.Хусаинова»
от 29 августа 2019 года № 3

Утверждено
Директор МБУ «Спортивная
школа им.Г.С.Хусаинова»
Приказ № 231/1
«02» сентября 2019г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о порядке разработки и утверждения
программ спортивной подготовки
муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа име-
ни Заслуженного мастера спорта Галимзяна Салиховича Хусаино-
ва» Нурлатского муниципального района Республики Татарстан

г.Нурлат

Настоящее Положение о разработке и утверждении программ спортивной подготовки МБУ «Спортивная школа им.Г.С.Хусаинова» (далее – СШ) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273 ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта;
- Федеральным законом от 14.12.2007г. № 239 ФЗ (ред. от 07.06.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Уставом СШ.

1. Общие положения.

1.1. Настоящее Положение определяет структуру и содержание программ спортивной подготовки СШ, регламентирует порядок их разработки, утверждения и реализации программ.

1.2. Программа спортивной подготовки - программа поэтапной подготовки физических лиц по виду спорта (спортивным дисциплинам), определяющая основные направления и условия спортивной подготовки на каждом ее этапе, разработанная и реализуемая организацией, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки. Реализуется в полном объеме в течение учебного года согласно расписанию.

1.3. Программа должна быть разработана и утверждена в СШ не позднее 5 сентября нового тренировочного года, в соответствии со сроком реализации на каждом этапе подготовки.

1.4. Программа является объектом внутришкольного контроля в соответствии с планом работы организации, в исключительных случаях – других видов контроля (например, оперативного, внешнего).

1.5. Положение о Программе СШ разрабатывается и утверждается тренерским советом.

1.6. В настоящее Положение в установленном порядке могут вноситься изменения и (или) дополнения.

2. Структура программы спортивной подготовки.

I Титульный лист

II Пояснительная записка

III Нормативная часть

IV Методическая часть

V Система контроля и зачётные требования

VI Перечень информационного обеспечения

VII План физкультурных и спортивных мероприятий

На «Титульном листе» Программы указывается:

наименование вида спорта;

наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;

название Программы;

название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;
срок реализации Программы;
год составления Программы.

В **«Пояснительной записке»** Программы дается характеристика вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

«Нормативная часть» Программы должна содержать:

продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта;

соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта;

планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта;
режимы тренировочной работы;

медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;

предельные тренировочные нагрузки;

минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;

требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

требования к количественному и качественному составу групп подготовки;

объем индивидуальной спортивной подготовки;

структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

«Методическая часть» Программы должна содержать:

рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований;

рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;

рекомендации по планированию спортивных результатов;

требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;

программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды подготовки;

рекомендации по организации психологической подготовки;

планы применения восстановительных средств;

планы антидопинговых мероприятий;

планы инструкторской и судейской практики.

«Система контроля и зачетные требования» Программы должны включать:

конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность в виде спорта;

требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортив-

ной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки;

виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;

комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

«Перечень информационного обеспечения» Программы должен включать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень Интернет-ресурсов, необходимые для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.

План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.

Программы спортивной подготовки не лицензируются.

2. Принципы и подходы к методической основе тренировочного процесса.

При разработке и описании в программе спортивной подготовки требований к методической основе тренировочного процесса рекомендуется руководствоваться следующими принципами и подходами:

а) направленность на максимально возможные достижения.

Направленность на максимально возможные (высшие) достижения реализуется при использовании наиболее эффективных средств и методов спортивной подготовки, поэтапном усложнении тренировочного процесса и соревновательной деятельности, оптимизации бытового режима спортсменов, применении оптимальной системы питания, отдыха и восстановления.

б) программно-целевой подход к организации спортивной подготовки.

Данный принцип выражается в прогнозировании спортивного результата и его составляющих, моделировании основных сторон соревновательной деятельности, уровня подготовленности (физической, технической, тактической, психической, теоретической), структуры тренировочного и соревновательного процесса в различных циклах, составлении конкретных программ спортивной подготовки на различных этапах и их реализации, внесении коррекций, обеспечивающих достижение конечной целевой установки – побед на определенных спортивных соревнованиях, достижении конкретных спортивных результатов.

в) индивидуализация спортивной подготовки.

Процесс спортивной подготовки должен строиться с учетом индивидуальных

особенностей конкретного спортсмена, его пола, возраста, функционального состояния, спортивного мастерства.

г) единство общей и специальной спортивной подготовки.

На основе общей физической подготовки, заложенной на начальных этапах многолетней подготовки спортсмена должно происходить увеличение доли специализированных упражнений в общем объеме тренировочных средств.

д) непрерывность и цикличность процесса подготовки.

Спортивная подготовка строится как круглогодичный и многолетний взаимосвязанный процесс. Цикличность спортивной подготовки проявляется в необходимости систематического тренировочного процесса и одновременного изменения их содержания в соответствии с закономерностями тренировочного процесса и этапов спортивной подготовки.

е) возрастание нагрузок.

Правильное использование нагрузок и воздействий в процессе подготовки спортсмена основывается на принципе их возрастания, где объемы и способы (постепенность, ступенчатость, волнообразность) возрастания нагрузок определяются в зависимости от этапа подготовки, возраста и спортивного мастерства спортсмена.

ж) взаимосвязанность спортивной подготовки и соревновательной деятельности.

Рациональное построение процесса подготовки спортсмена предполагает его строгую направленность на формирование календаря соревновательной деятельности, обеспечивающей эффективное выступление спортсмена на соревнованиях соответствующего уровня.

4. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки.

Результатом реализации Программы является:

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта.

На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;

совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;

стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;

поддержание высокого уровня спортивной мотивации;

сохранение здоровья спортсменов.

На этапе высшего спортивного мастерства:

достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;

повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

5. Оформление и содержание структурных элементов дополнительных общеобразовательных программ.

5.1. Текст набирается в редакторе Word шрифтом TimesNewRoman, 14 или 12, межстрочный интервал одинарный, переносы в тексте не ставятся, выравнивание по ширине; центровка заголовков и абзацы в тексте выполняются при помощи средств Word, листы формата А 4. Таблицы вставляются непосредственно в текст.

5.2. Программа прошивается, страницы нумеруются, скрепляются печатью учреждения и подписью руководителя учреждения.

5.3. Титульный лист считается первым, но не нумеруется, также как и листы приложения (приложение № 1, 2).

5.4. Список литературы строится в алфавитном порядке, с указанием города и названия издательства, года выпуска.