

Утверждено приказом ГАУ ВО «СШ по ЗВС»

№ 153/1 от 30 августа 2017г

ПОЛОЖЕНИЕ

ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение об организации процесса спортивной подготовки разработано с учетом Федерального закона по физической культуре и спорту от 04.12.2007 № 329-ФЗ, приказа Министерства спорта Российской Федерации от 30.10.2015 г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта хоккей от 27.03.2013 №149, Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта фигурное катание на коньках от 30.08.2013г № 688, Устава государственного автономного учреждения Волгоградской области «Спортивной школы по зимним видам спорта» (Далее – «СШ по ЗВС»).

1.2. Особенности осуществления спортивной подготовки по видам спорта фигурное катание на коньках и хоккей определяются программами спортивной подготовки, реализуемыми в «СШ по ЗВС».

Система спортивной подготовки представляет собой многолетний, круглогодичный, специально организованный управляемый тренировочный процесс.

2. Организация процесса спортивной подготовки

2.1. Цели и задачи организации процесса спортивной подготовки:

- 1) реализация программ спортивной подготовки;
- 2) улучшение состояния здоровья, повышение уровня общей и специальной физической подготовленности, технического мастерства и спортивных результатов с учётом индивидуальных особенностей;
- 3) привлечение к процессу спортивной подготовки оптимального числа перспективных спортсменов для достижения ими высоких спортивных результатов;
- 4) формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

2.2. Общее руководство процессом спортивной подготовки осуществляет директор «СШ по ЗВС».

Ответственным, за организацию процесса спортивной подготовки в «СШ по ЗВС» является заместитель директора по спортивной подготовке.

Организация методической составляющей процесса спортивной подготовки возлагается на старшего инструктора-методиста и инструкторов-методистов.

Занятия в тренировочных группах проводят тренеры.

спортивной подготовки разрабатывается соответственно этапу подготовки, рассчитанному на 52 недели тренировочных занятий. Организация процесса спортивной подготовки осуществляется по 6-ти дневной рабочей неделе, в соответствии с нормативами максимального объема тренерской нагрузки и характеру тренировочного процесса.

Тренировочный процесс в «СШ по ЗВС» осуществляется в соответствии с расписанием тренировочных занятий, утвержденным приказом директора.

Расписание тренировочных занятий разрабатывается по согласованию с тренерским составом, в целях установления наиболее благоприятного режима тренировочных занятий, отдыха спортсменов, обучения в общеобразовательных учреждениях.

2.4. Тренировочные занятия в «СШ по ЗВС» ведутся на русском языке.

2.5. Спортсмены переводятся на следующий этап подготовки с 01 сентября календарного года. Тренировочный процесс в «СШ по ЗВС» осуществляется по расписанию тренировочных занятий.

Перевод спортсмена на этап совершенствования спортивного мастерства, осуществляется при присвоении разряда кандидата в мастера спорта по фигурному катанию на коньках и 1 спортивного разряда по хоккею, по согласованию с Учредителем.

Приём и зачисление в группы ведётся на основании «Положения о приёме и индивидуальном отборе».

2.6. Начало тренировочных занятий согласно режиму работы «СШ по ЗВС» для групп начальной подготовки и тренировочных групп не ранее 7:45, окончание – не позднее 20:00; для групп спортивного совершенствования начало тренировочных занятий – 7:00, окончание – не позднее 21:00.

2.7. Тренировочные занятия проводятся на ледовой арене (площадка), в зале хореографии, в тренажерном зале, ледовой арене (резина), оборудованных в соответствии с нормами и правилами техники безопасности по видам спорта.

3. Методическое обеспечение процесса спортивной подготовки

3.1. Контроль за организацией процесса спортивной подготовки, расписанием занятий, осуществляет заместитель директора по спортивной подготовке.

3.2. Спортивная подготовка в «СШ по ЗВС»:

- 1) этап начальной подготовки;
- 2) тренировочный этап (спортивной специализации);
- 3) этап совершенствования спортивного мастерства;

3.3. Основными формами тренировочного процесса являются:

- 1) групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- 2) работа по индивидуальным планам;
- 3) тренировочные сборы;
- 4) участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- 5) инструкторская и судейская практика;
- 6) медико-восстановительные мероприятия;
- 7) тестирование и контроль.

8) самостоятельная работа спортсменов по индивидуальным планам в праздничные дни и дни отпуска тренера.

3.4. Сроки прохождения программы спортивной подготовки по фигурному катанию на коньках и хоккею устанавливаются в соответствии с нормативными сроками их освоения:

- 1) этап начальной подготовки – 3 года;
- 2) тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 5 лет;
- 3) этап совершенствования спортивного мастерства – без ограничения;

3.5. Объём недельной тренировочной нагрузки устанавливается, исходя из этапов спортивной подготовки и составляет:

- 1) этап начальной подготовки (фигурное катание на коньках):

-до года– 6 часов в неделю;

-свыше года - НП-2-8 часов в неделю; НП-3 -10 часов в неделю;

2) тренировочный этап (этап спортивной специализации) первый год подготовки- 12 часов в неделю, второй год подготовки – 14 часов в неделю, третий год подготовки –16 часов в неделю, четвертый и пятый год подготовки – 18 часов в неделю;

3) этап совершенствования спортивного мастерства –20 часов в неделю;

4) этап начальной подготовки (хоккей):

-до года– 6 часов в неделю;

-свыше года - 7 часов в неделю;

5) тренировочный этап (этап спортивной специализации) первый и второй год подготовки- 9 часов в неделю, третий, четвертый и пятый год подготовки –12 часов в неделю;

б) этап совершенствования спортивного мастерства –14 часов в неделю;

Тренировочный час считается астрономическим и равен 60 минутам. Продолжительность одного занятия составляет: в группах начальной подготовки – 2 астрономических часа; в тренировочных группах – 3 астрономических часа; в группах спортивного совершенствования – 4 астрономических часа, при проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий – до 8 астрономических часов.

Недельный режим тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от периода и задач подготовки.

Начиная с тренировочного этапа, недельная тренировочная нагрузка может увеличиваться или уменьшаться в пределах годового тренировочного плана, определённого для этапа спортивной подготовки.

Наполняемость групп и определение объёма тренировочной нагрузки осуществляется в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по фигурному катанию на коньках и хоккею и программ.

3.6. Работа по индивидуальным планам включает в себя самостоятельную работу спортсменов по индивидуальным планам спортивной подготовки на всех этапах спортивной подготовки.

3.7. Для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса.

3.8. Для проведения занятий на всех этапах спортивной подготовки, кроме основного тренера допускается привлечение дополнительно второго тренера по общей физической и специальной физической подготовке, при условии их одновременной работе с лицами, проходящими спортивную подготовку.

Кроме второго тренера к работе со спортсменами могут привлекаться другие специалисты (хореограф, тренер вратарей и т. д.), на основании федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

3.9. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно со спортсменами из разных групп, если разница в уровне подготовки спортсменов не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий.

3.10. Основным документом для учёта посещаемости тренировок является журнал тренировочных занятий, который хранится в «СШ по ЗВС».

3.11. Контроль качества проведения тренировочного процесса осуществляет администрация «СШ по ЗВС»: директор, заместитель директора по спортивной подготовке, старший инструктор-методист, инструкторы-методисты.