

СОГЛАСОВАНО:

Педагогическим советом  
МБУ ДО «СШ Единоборств»  
Протокол от « 05 » 04 2023 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУ ДО «СШ Единоборств»



Голмачев Р.В.

Приказ от « 05 » 04 2023.  
№ 1-105/1

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**об организации тренировочного процесса спортивной подготовки в**  
**МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ЕДИНОБОРСТВ»**

г.Железногорск  
2023г

## **1. Общие положения**

1.1. Положение об организации тренировочного процесса спортивной подготовки в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа Единоборств» (далее - Положение) регламентирует вопросы организации и осуществления спортивной подготовки в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа Единоборств».

1.2. Внесение изменений и дополнений в настоящее Положение осуществляется по решению общего собрания педагогического совета и утверждается приказом директора Учреждения.

1.3. Настоящее положение обязательно для исполнения всеми лицами, обучающимися и осуществляющими спортивную подготовку

1.4. Контроль нал выполнением требований данного положения возлагается на заместителей директора по СР

1.5. Текст настоящего положения размещается на официальном сайте Учреждения в сети Интернет.

## **2. Основные понятия, используемые в настоящем положении**

2.1. Спортсмен - физическое лицо, занимающееся выбранными видом или видами спорта и выступающее на спортивных соревнованиях.

2.2. Тренер физическое лицо, имеющее соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование и осуществляющее проведение со спортсменами тренировочных мероприятий, а также осуществляющее руководство их состязательной деятельности для достижения спортивных результатов.

2.3. Спортивная подготовка – тренировочный процесс, который подлежит планированию, включает в себя обязательное систематическое участие в спортивных соревнованиях, направлен на физическое воспитание и совершенствование спортивного мастерства лиц, проходящих спортивную подготовку и осуществляется на основании муниципального задания в соответствии с дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта.

2.4. Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки – программы по видам спорта определяющие основные направления и условия спортивной подготовки на каждом ее этапе, разработанные и подготовленные.

## **3. Организация процесса спортивной подготовки**

3.1. Система спортивной подготовки представляет собой многолетний, круглогодичный, специально организованный и управляемый процесс, основанный на научных и практических знаниях.

3.2 Для обеспечения этапов многолетней спортивной подготовки, используется система спортивного отбора, представляющая собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов, имеющих возможность достижения высоких спортивных результатов.

В систему спортивного отбора включается:

- массовый просмотр и тестирование детей с целью ориентирования их на занятия спортом;

- отбор перспективных спортсменов для комплектования групп спортивной реализуемые организацией, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

- просмотр и отбор перспективных спортсменов на тренировочных сборах и спортивных соревнованиях.

3.3. Тренировочный процесс в Учреждении ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели с 01 сентября по 31 августа.

3.4. Зачисление лиц в Учреждение. (далее - поступающих). оформляется приказом директора, на основании решения приемной или апелляционной комиссии в сроки, установленные Учреждением, по результатам индивидуального отбора поступающих, в соответствии с порядком приема лиц для прохождения обучения по дополнительной образовательным программам спортивной подготовки

3.5. При наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления в Учреждение по результатам индивидуального отбора поступающих, учредитель может проводится дополнительный прием в рамках муниципального задания.

3.6. Организация дополнительного приема и зачисления осуществляется в соответствии с локальными нормативными актами Учреждения. При этом сроки дополнительного приема поступающих публикуются на информационном стенде и на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3.7. Возраст лиц, поступающих в Учреждение, минимальная наполняемость спортивных групп для зачисления на этап спортивной подготовки и максимальный объем тренировочной нагрузки определяются дополнительными образовательными программами спортивной подготовки.

Максимальная наполняемость зависит от специфики вида спорта, периода и задач подготовки. Максимальное количество занимающихся в группе с учетом соблюдения мер безопасности и эффективности проведения тренировочных занятий, но не должно превышать нормативы, установленные дополнительными образовательными программами спортивной подготовки.

Количество поступающих на бюджетной основе определяется Учредителем в соответствии с муниципальным заданием на год.

В зависимости от периода и задач подготовки, особенностей вида спорта и материальной базы объем тренировочной нагрузки на тренировочном этапе свыше трех лет может быть сокращен не более чем на 20%. на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства - не более чем на 25 % от максимального объема тренировочной нагрузки.

3.8. Отчисление, перевод и восстановление обучающихся осуществляется в соответствии с Положением об отчислении, переводе и восстановлении обучающихся в МБУ ДО «СШ Единоборств»

3.9. Спортивная подготовка в Учреждении, осуществляется на следующих этапах:

- этап начальной подготовки - периоды: до 1 года подготовки; свыше 1 года подготовки;

- тренировочный этап (этап спортивной специализации) - периоды: до 3 лет; свыше 3 лет;

- этап совершенствования спортивного мастерства – весь период

- этап высшего спортивного мастерства – весь период.

Если на одном из этапов спортивной подготовки результаты прохождения спортивной подготовки обучающегося не соответствуют требованиям, установленным федеральными стандартами спортивной подготовки по выбранным виду спорта, то обучающийся к прохождению следующего этапа спортивной подготовки не допускается.

3.10. Формы организации тренировочного процесса при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- 1) учебно-тренировочные занятия: групповые, индивидуальные, смешанные и иные

2) учебно-тренировочные мероприятия

3) Спортивные соревнования

4) иные виды (формы) обучения:

- работа по индивидуальным планам;
- беседы, лекции, просмотр видеоматериалов, посещение театра, концертных мероприятий;

мероприятий;

- медико-восстановительные и антидопинговые мероприятия;
- мастер – классы;
- инструкторская и судейская практика;
- судейские семинары для юных судей;
- тестирование и контроль;
- участие в культурно – массовых, спортивных мероприятиях.

Для непрерывности реализации Программы в сложных эпидемиологических условиях, возникающих в период карантинных мер, Программа предполагает реализацию в дистанционном режиме.

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных технологий:

- Онлайн занятие;
- Видеоурок;
- Адресные дистанционные консультации

спортсмен имеет право пройти досрочную аттестацию на основании заявления.

### 3.11. Расписание тренировочных занятий.

3.11.1. При составлении расписания тренировочных занятий продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (60 мин) с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки следующей продолжительности:

- на этапе начальной подготовки не более 2-х часов;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) не более 3-х часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного

мастерства не более 4-х часов;

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий – не более 8 часов.

3.11.2. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп в случае если:

- разница в уровне подготовки занимающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;

### 3.12. Промежуточная аттестация спортсменов.

3.12.1. Промежуточная аттестация подразумевает обобщение результатов соревнований в течение года и выполнение норм контрольно-переводных испытаний.

3.12.2. Целью проведения промежуточной аттестации является определение уровня освоения спортсменами дополнительной образовательной программы спортивной подготовки программ по видам спорта после каждого года подготовки.

3.12.3. Основными задачами проведения промежуточной аттестации являются:

- определение уровня подготовленности спортсменов;
- контроль за выполнением тренировочного плана, в соответствии с программой спортивной подготовки.

3.12.4. сроки проведения промежуточной аттестации определяются тренером совместно с инструктором - методистом в соответствии с программой.

3.12.5. Основными формами промежуточной аттестации являются:

- сдача контрольно - переводных нормативов по ОФП, СФП
- участие в соревнованиях и личные достижения спортсмена;

3.12.6. Промежуточная аттестация проводится один раз в год.

3.12.7. Спортсмены, не прошедшие промежуточную аттестацию по причине болезни, при наличии медицинской справки, могут сдать нормативы позднее.

3.12.8. В случае отъезда спортсмена в отпуск с родителями до окончания года подготовки, родителей (законных представителей) и по согласованию с тренером.

#### **4. Соревновательная деятельность, тренировочные сборы и иные спортивные мероприятия**

4.1. Порядок организации соревновательной деятельности спортсменов.

4.1.1. Основанием для направления спортсмена на соревнования является положение (регламент) о проведении спортивных соревнований.

4.1.2. Лицам. Направляющимся на соревнования, необходимо наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

4.1.3. Выезд детей на соревнования осуществляется в соответствии с локальными нормативными актами Учреждения и Положением по организации выездов спортсменов на соревнования, тренировочные сборы и другие спортивно- массовые мероприятия.

4.1.4. Документом подтверждающим участие в соревнованиях, является официальный протокол спортивных соревнований, заверенный печатью организаторов и (или) размещенный на официальном сайте общероссийской спортивной федерации по виду спорта.

4.2. Порядок организации тренировочных сборов.

4.2.1. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов.

4.2.2. При проведении тренировочных сборов необходимо утвердить:

- персональные списки спортсменов, участников тренировочных сборов;
- планы теоретических и практических занятий (индивидуальные планы подготовки спортсменов);
- планы медицинского обеспечения и мероприятий по соблюдению требований безопасности занятий;
- планы организационно-массовой работы со спортсменами;
- сметы расходов на проведение тренировочных сборов в соответствии с нормами и нормативами, предусмотренными локальными нормативными актами Учреждения.