

Администрация ГО «Город Калининград»
Комитет по социальной политике
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования города Калининграда
спортивная школа олимпийского резерва по силовым видам спорта
(МАУ ДО СШОР по силовым видам спорта)

Согласовано педагогическим советом
МАУ ДО СШОР
по силовым видам спорта
Протокол № 3 от «31» 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО СШОР
По силовым видам спорта
Д.В. Лапиков
«01 ~~августа~~ 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

О порядке работы по индивидуальным планам дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Калининграда спортивной школе олимпийского резерва по силовым видам спорта

г. Калининград

1. Общие положения

1.1. Настоящий Порядок разработан в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта: тяжелая атлетика, пауэрлифтинг и гиревой спорт, Уставом Муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Калининграда спортивной школы олимпийского резерва по силовым видам спорта.

1.2. Настоящий Порядок регламентирует образовательную деятельность МАУ ДО СШОР по силовым видам спорта по работе на основе индивидуальных планов дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

1.3. В настоящем Порядке используются следующие понятия:

индивидуальный план – документ, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам подготовки обучающихся;

индивидуальный план дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (далее ИП) – индивидуальный план, обеспечивающий прохождение дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства;

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки – это программа поэтапной подготовки физических лиц по виду спорта (спортивным дисциплинам). Она определяет основные направления и условия спортивной подготовки на каждом ее этапе. Такая программа разрабатывается и реализуется организацией, осуществляющей образовательную деятельность по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

1.4. Работа по индивидуальному плану может быть организована для обучающихся: этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

1.6. Главной задачей работы по индивидуальному плану является удовлетворение потребностей обучающихся, с учетом их подготовленности и спортивного мастерства, путем выбора оптимального времени подготовки и освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.

1.7. Целесообразность проектирования ИП обучающегося определяется на основании достигнутых результатов и прохождение дополнительных образовательных программ спортивной подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

1.8. В рамках ИП обучающийся имеет право:

- проходить дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по видам спорта, не только в спортивных залах учреждения, но и в любом подходящем спортивном зале по отношению к месту жительства и личного распределения времени.

2. Требования к ИП

2.1. Индивидуальный план дополнительной образовательной программы спортивной подготовки разрабатывается для каждого обучающегося или группы обучающихся проходящих дополнительную образовательную программу спортивной подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

2.2. При построении ИП может использоваться принцип выстраивания подготовки обучающихся на основании личностных ощущений обучающегося при дозировании нагрузки в различных периодах подготовки.

2.3. ИП обучающегося на уровне МС РФ и выше составляется на основе многолетнего индивидуального анализа подготовки обучающихся высокого класса.

3. Условия, порядок проектирования и реализации индивидуального плана дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

3.1. Информирование обучающихся и их родителей (законных представителей) о возможностях, вариантах и условиях проектирования ИП осуществляется личными тренерами-преподавателями или бригадой тренеров-преподавателей.

3.2. Планирование ИП для обучающихся происходит при условии:

- обучающиеся, имеющие разряд от КМС РФ и выше по видам спорта реализующихся в учреждении;

- прохождение обучающимися дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства;

- при совместном планировании учебно-тренировочного процесса по ИП личным тренером-преподавателем, бригадой тренеров-преподавателей и обучающимися в зависимости от периода подготовки.

3.3. В планировании ИП и анализе его реализации принимает участие инструктор-методист, личные тренеры-преподаватели, бригада тренеров-преподавателей и обучающиеся.

3.4. Устанавливается следующий порядок планирования ИП:

- обучающиеся уровня КМС РФ этапа подготовки ССМ могут работать учебной группой по одному ИП в зависимости от индивидуальных особенностей подготовки обучающегося;

- обучающиеся уровня МС РФ, МСМК, ЗМС РФ этапа подготовки ВСМ планируют свой ИП совместно с личным тренером-преподавателем или бригадой тренеров-преподавателей, согласно индивидуальным особенностям каждого обучающегося в зависимости от периода подготовки

3.5. Документация на подготовку по ИП включает:

- приказ директора учреждения о переводе обучающегося на этап подготовки ССМ и ВСМ на каждый учебно-тренировочный год;

- индивидуальный план подготовки на каждый период (подготовительный, соревновательный, переходный);

- индивидуальное расписание занятий для каждого обучающегося этапов ССМ и ВСМ разработанное тренером-преподавателем и обучающимся совместно;

3.6. Содержательная структура ИП:

В ИП должно быть обязательно включено:

- этап подготовки;
- набор упражнений согласно целям и задачам периода подготовки;
- дозирование нагрузки согласно периоду подготовки;
- периодичность занятий с учетом отдыха и восстановления.

3.8. Контроль реализации ИП.

Контроль реализации ИП осуществляется директором, заместителем директора и инструктором-методистом согласно плану внутреннего контроля учреждения над выполнением требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

3.9. Изменения в ИП вносятся на основании индивидуального состояния обучающегося и смены календарного плана официальных спортивных мероприятий.

4. Порядок управления

4.1. Общее руководство реализацией индивидуальными планами дополнительных образовательных программ спортивной подготовки осуществляется личным тренером-

преподавателем.

В его компетенцию входит:

- контроль организации и осуществления занятий по индивидуальным планам дополнительных образовательных программ спортивной подготовки;
- обеспечение своевременного подбора методов и средств подготовки в зависимости от периода подготовки;
- контроль над состоянием обучающегося, врачебно-педагогический контроль, своевременное использование восстановительных мероприятий.