

Принято на тренерском совете
МАУ СШ № 1 города Тюмени
протокол от «11» 01 2021 г. № 5

Утверждено приказом директора
МАУ СШ № 1 города Тюмени
от «11» 01 2021 г. № 6

ПОЛОЖЕНИЕ

о самостоятельной работе лиц, проходящих спортивную подготовку, по индивидуальным планам в муниципальном автономном учреждении Спортивная школа № 1 города Тюмени

І. Общие положения

1. Самостоятельная работа лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – спортсмены), по индивидуальным планам осуществляется на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте», приказа Минспорта России от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, настоящим Положением.

2. Настоящее Положение регламентирует порядок формирования и реализации индивидуальных планов спортсменов, занимающихся на этапе совершенствования спортивного мастерства.

3. Индивидуальный план разрабатывается на основании реализуемых в муниципальном автономном учреждении Спортивная школа № 1 города Тюмени (далее – Учреждение) программ спортивной подготовки и предусматривает для спортсмена возможность иного режима посещения тренировочных занятий и иных сроков прохождения промежуточной и итоговой аттестации.

4. Наличие индивидуального плана обязательно для лиц, проходящих спортивную подготовку в Учреждении на этапе совершенствования спортивного мастерства.

5. Индивидуальный план спортсмена утверждается директором Учреждения.

ІІ. Организация тренировочного процесса

6. Индивидуальный план подготовки – план, обеспечивающий освоение программы спортивной подготовки на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и потребностей конкретного спортсмена, при котором часть программы осваивается самостоятельно.

7. Индивидуальный план позволяет спортсмену выполнять требования программы спортивной подготовки в полном объеме, обеспечивает освоение программы в группах совершенствования спортивного мастерства.

8. Работа по индивидуальным планам проводится согласно годовым тренировочным планам с одним или несколькими спортсменами, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу или экипаж, включает в себя самостоятельную работу спортсменов по индивидуальным планам спортивной подготовки.

9. Основанием для объединения в пары, группы или экипаж являются совпадения их выбора по содержанию, срокам и другим условиям прохождения программы.

10. Индивидуальный план предоставляется на каждого спортсмена тренером с содержанием материала на предстоящий год и последующим отчетом спортсмена об исполнении плана по окончании года.

11. После отчета каждого спортсмена об исполнении индивидуального плана тренер вносит соответствующую запись в план о его исполнении.

12. Один экземпляр индивидуального плана находится у тренера, отметки о его выполнении в течение года фиксируются в журнале учета занятий.

13. Индивидуальный план составляется на 1 тренировочный год, на период летней подготовки спортсменов, проведения тренировочных сборов, а также в течение календарного

года (на периоды отсутствия тренера) и включает в себя перечень физических упражнений, технических действий, объемы и сроки их выполнения, которые предусмотрены тематическим планом-графиком.

14. При составлении индивидуального плана необходимо учитывать физическое развитие спортсменов, степень владения техникой выполнения упражнений, а также календарный план соревнований.

15. Индивидуальные планы разрабатываются в соответствии со спецификой и возможностями Учреждения.

III. Порядок перевода спортсмена на самостоятельную работу по индивидуальному плану

16. Ознакомление родителей (законных представителей) спортсмена с настоящим Положением, в том числе через информационные системы общего пользования, осуществляется при приеме в Учреждение.

17. Перевод на самостоятельную работу по индивидуальному плану осуществляется приказом директора Учреждения.

IV. Порядок формирования индивидуального плана

18. Индивидуальный план по программе спортивной подготовки разрабатывается тренером и инструктором-методистом.

19. В ходе прохождения программы по индивидуальному плану может возникнуть необходимость его корректировки, которая производится тренером и доводится до сведения инструктора-методиста.

20. Инструктор-методист осуществляет контроль за освоением программы спортсменами, переведенными на самостоятельную работу по индивидуальным планам.

21. Годовой план подготовки спортсменов в Учреждении рассчитывается в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта.

V. Требования к содержанию индивидуального плана

22. Индивидуальный план представляет собой форму годичного планирования тренировочного процесса, при которой учитываются индивидуальные особенности лиц, проходящих спортивную подготовку по виду спорта: уровень развития физических качеств, степень овладения техническими и тактическими умениями и навыками, а также их индивидуальные достижения.

23. Раздел «Основные показатели тренировочного процесса» заполняются в соответствии с нормами тренировочной нагрузки, предусмотренными программой спортивной подготовки.

24. Раздел «Главные и дополнительные соревнования, планируемые результаты» заполняется в соответствии с единым календарным планом.

25. По окончании каждого тренировочного года тренер вносит соответствующие записи о выполнении планируемых показателей о количестве соревнований, в которых спортсмен принял участие, результатах участия в соревнованиях, об освоении запланированного объема тренировочных нагрузок по видам подготовки.

VI. Заключительные положения

26. Настоящее Положение вступает в силу с момента его утверждения приказом директора Учреждения.

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