

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
спортивная школа №1 города Ставрополя

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
МБУ ДО СШ № 1 г. Ставрополя
Протокол № 1
от « 17 » февраля 2023г

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МБУ ДО СШ № 1
г.Ставрополя

Н.В. Трофимов
Приказ № 17/1- ОД
от « 17 » февраля 2023г

**Порядок
обучения по индивидуальным учебно-тренировочным планам
спортивной подготовки**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ от 29 декабря 2012г. «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации N 634 от 3 августа 2022 г. «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования спортивной школы №1 города Ставрополя (далее – Учреждение).

1.2. Настоящий Порядок определяет условия и порядок обучения по индивидуальным учебно-тренировочным планам спортивной подготовки лиц (далее – Порядок), осваивающих дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по видам спорта, культивируемым в Учреждении.

2. Требования к содержанию индивидуального учебно-тренировочного плана спортивной подготовки

2.1. Индивидуальный учебно-тренировочный план спортивной подготовки представляет собой план учебный план, обеспечивающий освоение дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей физического развития и (или) спортивной подготовленности конкретного обучающегося, группы обучающихся, в том числе к тем или иным спортивным соревнованиям.

2.2. Индивидуальный учебно-тренировочный план спортивной подготовки включает определенный перечень спортивных упражнений, направленных на достижение тренировочного эффекта с указанием объема той или иной спортивной нагрузки, который необходимо выполнить обучающемуся в указанные в плане сроки, с раскладкой по дням спланированного тренировочного микроцикла.

2.3. Организация процесса обучения с обучающимися по индивидуальному учебно-тренировочному плану осуществляется в форме работы в группе, индивидуально, самостоятельно.

2.4. По итогам года тренер-преподаватель вносит соответствующие записи о выполнении планируемых показателей: количестве игр, в которых обучающийся принял участие, результатах участия в соревнованиях.

3. Порядок разработки, реализации и утверждения индивидуального учебно-тренировочного плана спортивной подготовки

3.1. Индивидуальный учебно-тренировочный план спортивной подготовки разрабатывается тренером-преподавателем Учреждения в рамках реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки для одного и нескольких обучающихся не позднее первого дня учебного года, утверждается директором Учреждения.

3.2. Работа по индивидуальному учебно-тренировочному плану может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий, участия в спортивных соревнованиях, а также в период основного отпуска тренера-преподавателя.

3.3. Консультирование обучающегося, проверку физической подготовленности после периода самостоятельной подготовки обучающегося, при необходимости, прием контрольных нормативов тренер-преподаватель осуществляет в рамках реализации учебно-тренировочного процесса по основному расписанию учебно-тренировочных занятий.

3.4. Контроль качества планирования и выполнение обучающимися индивидуальных учебно-тренировочных планов спортивной подготовки осуществляет заместитель директора.

3.5. Индивидуальный учебно-тренировочный план спортивной подготовки хранится в личном деле обучающегося.

4. Обязанности обучающихся по индивидуальному учебно-тренировочному плану спортивной подготовки

4.1. Обучающиеся обязаны добросовестно осваивать дополнительную образовательную программу спортивной подготовки. Выполнять индивидуальный учебно-тренировочный план спортивной подготовки, посещать учебно-тренировочные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку, в том числе и подготовку к занятиям, выполнять задания, данные тренером-преподавателем.

4.2. Обучающиеся обязаны в полном объеме выполнить план учебно-тренировочной работы предложенный тренером-преподавателем.

4.3. Обучающиеся обязаны с большой ответственностью заботиться о собственном здоровье, соблюдать режим дня.

4.4. Невыполнение индивидуального учебного плана в указанные сроки приравнивается к не освоению дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Приложение №1
к Порядку обучения по индивидуальным
учебно-тренировочным планам
спортивной подготовки

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБУ ДО СШ № 1
г.Ставрополя

_____ Н.В. Трофимов
от «__» _____ 2023г.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА НА _____ ГОД

Подготовки игрока группы ССМ по баскетболу МБУ ДО СШ № 1 г.Ставрополя

Фамилия, Имя, Отчество _____

Число, месяц, год рождения _____

Рост _____ Вес _____ Игровое амплуа _____

Спортивный разряд _____

Стаж выступления в команде _____

Тренер-преподаватель _____

Цель и основные задачи подготовки _____

Задачи: Основные средства и уровень подготовки

1. Задачи по технической подготовке:

Общие (игровые) _____

В нападении _____

В защите _____

2. Задачи по тактической подготовке:

В нападении _____

В защите _____

Контрольные тесты и показатели

Высота выпрыгивания с места _____

Прыжок в длину с места _____

Челночный бег 40 сек. _____

Дистанционные броски с точек _____

Штрафные броски (до второго промаха) _____

Результаты на соревнованиях

Количество атак корзины _____

Броски с игры (% попаданий): дальние _____

средние _____ ближние _____

Штрафные броски (% попаданий) _____

Количество подборов: свой щит _____, чужой щит _____

Перехваты мяча _____

Результативные передачи _____

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБУ ДО СШ № 1

г.Ставрополя

Н.В. Трофимов

от «__» _____ 2023г.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА НА _____ ГОД

Подготовки игрока группы (НП,УТ) _____ по _____

МБУ ДО СШ № 1 г.Ставрополя

Фамилия, Имя, Отчество _____

Число, месяц, год рождения _____

Рост _____ Вес _____ Игровое амплуа _____

Спортивный разряд _____

Стаж выступления в команде _____

Тренер-преподаватель _____

Цель и основные задачи подготовки _____

Задачи: Основные средства и уровень подготовки

Месяцы			01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	Итого:	
Планируемые и фактические объемы тренировочных и соревновательных нагрузок	Общая физическая подготовка	пл.														
		вып.														
	Специальная физическая подготовка	пл.														
		вып.														
	Участие в спортивных соревнованиях	пл.														
		вып.														
	Техническая подготовка	пл.														
		вып.														
	Тактическая подготовка	пл.														
		вып.														
	Теоретическая подготовка	пл.														
		вып.														
	Психологическая подготовка	пл.														
		вып.														
	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	пл.														
		вып.														
	Инструкторская практика	пл.														
		вып.														
	Судейская	пл.														

	практика	вып.														
	Медицинские, медико- биологические мероприятия	пл.														
		вып.														
	Восстановительные мероприятия	пл.														
		вып.														
	Интегральная подготовка	пл.														
		вып.														

Лучший результат за прошедший сезон _____

Лучший результат за спортивную карьеру (указать год) _____

Участие в соревнованиях, тренировочных сборах:

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки и место проведения	Количество игр	Планируемый результат	Показанный результат

Заключение о выполнении плана _____

Тренер-преподаватель _____

