

Рассмотрено и принято на заседании
Педагогического совета
МАУ ДО «СШОР по регби «Буревестник»
От 30.08.2023 протокол № 6



УТВЕРЖДАЮ:

и.о. директора МАУ ДО «СШОР
по регби «Буревестник»

Я.Е. Завьялова
Приказ № 100 от 31.08.23

Положение о порядке работы по индивидуальным планам спортивной подготовки обучающихся МАУ ДО «Спортивная школа олимпийского резерва по регби «Буревестник»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение об индивидуальных планах спортивной подготовки – (далее – Положение) МАУ ДО «СШОР по регби «Буревестник» разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 04.12.2007г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 30.04.2021г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.10.2015г № 999 (в редакции Приказа Министерства спорта России от 07.07.2022 №575) «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «регби», утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 18.11.2022г. № 1018;
- дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «регби»;
- Уставом Учреждения.

1.2. Настоящее Положение рассматривается на Педагогическом совете, имеющим право вносить в него изменения и дополнения, утверждается директором Учреждения.

2. Основная цель и требования к индивидуальному плану спортивной подготовки

2.1. На этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства тренер-преподаватель разрабатывает

индивидуальный план подготовки спортсменов (Приложение 1). Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на других этапах подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий.

2.2. Основной целью реализации индивидуального плана спортивной подготовки является освоение обучающимися дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта «регби» в полном объеме, направленных на достижение высоких результатов, включения в список кандидатов в сборные команды Кемеровской области и спортивной команды Российской Федерации.

2.3. Индивидуальный план включает перечень средств общей физической, специальной физической, технической, тактической, теоретической, психологической подготовки, медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, инструкторская и судейская практика и т.д., объемы и сроки их выполнения, которые предусмотрены дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

2.4. Индивидуальный план спортивной подготовки представляет собой форму организации учебно-тренировочного процесса, при котором часть дополнительной образовательной программы спортивной подготовки осваивается обучающимися самостоятельно.

2.5. Индивидуальный план спортивной подготовки включает в себя следующие разделы:

- вид спорта
- Ф.И.О. спортсмена
- дата рождения
- спортивный разряд, звание
- этап спортивной подготовки
- членство в составе сборной команды
- основные задачи на тренировочный год
- лучший результат прошедшего сезона
- соревновательная деятельность (наименование, сроки и место проведения, планируемый результат, выполненный норматив)
- планируемые и фактические объемы учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок;
- участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

2.6. Индивидуальный план подготовки подписывается тренером-преподавателем и спортсменом.

2.7. Индивидуальный план спортивной подготовки заслушивается на педагогическом совете Учреждения.

2.8. Индивидуальный план подготовки утверждается директором до начала учебно-тренировочного года.

2.9. В рамках индивидуального плана для обучающегося спортсмена могут быть установлены иные сроки сдачи контрольно-переводных нормативов.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ ДО «СШОР
по регби «Буревестник»

М.В. Орлов

Приказ № _____ от _____

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН
ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА
на 2023/2024 тренировочный год**

Фамилия, имя, отчество _____

Вид спорта _____

Спортивный разряд, звание _____

Этап спортивной подготовки _____

Член спортивной сборной команды Кузбасса/России _____

(нет, да (указать состав))

Основные задачи на тренировочный год

1. Удовлетворение потребностей спортсмена, поддержка спортсмена путем выбора оптимального уровня спортивной подготовки с целью мотивации на достижение высоких спортивных результатов и выполнения требования Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Регби».
2. Обеспечение непрерывности спортивной подготовки спортсмена в течение учебно-тренировочного года, создание условий для получения спортсменом высоких спортивных результатов, совершенствования спортивного мастерства, выполнения плановых показателей соревновательной деятельности и выполнения норм для присвоения спортивного разряда, звания по виду спорта «регби».

	Наименование соревнований	Дата и место проведения	Занятое место	Выполненный норматив
Лучший результат за 2022-23 год				

Календарь соревнований на тренировочный год

№ п/п	Наименование соревнований	Дата	Место проведения	План		Выполнение	
				место	рез.	место	рез.

Календарь тренировочных мероприятий

№ п/п	Наименование	Место проведения	Дата	Организатор	Примечание

Основные показатели тренировочной и соревновательной нагрузки

Месяц	Количество соревнований	Количество тренировочных дней	Место проведения ТМ	Общий объем нагрузки (часы)	Углубленное медицинское обследование	Восстановительные мероприятия
Сентябрь						
Октябрь						
Ноябрь						
Декабрь						
Январь						
Февраль						
Март						
Апрель						
Май						
Июнь						
Июль						
Август						

Составил тренер _____ / _____
(подпись) (Фамилия И. О.) (спортивная организация)

« _____ » _____ 202 _____ г.

Спортсмен _____ / _____
(подпись) (Фамилия И. О.)

« _____ » _____ 202 _____ г.

