

Принят
на тренерском совете
Протокол № 1

от «22» 01, 2021г. _

Приложение № 27



***Положение об индивидуальном
тренировочном плане
ГБУ «РСШОР по дзюдо»
НА 2021 ГОД***

2021г.

Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с требованиями Федерального закона от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Минспорта России от 16.08.2013 г. №645 «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку», приказом Минспорта России от 30.10.2015 г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», Уставом ГБУ «Республиканская спортивная школа олимпийского резерва по дзюдо»

(далее – ГБУ «РСШОР по дзюдо»).

1.2. Положение регламентирует порядок формирования и реализации индивидуальных планов подготовки спортсменов, порядок перевода спортсменов на индивидуальный план подготовки.

1.3. Индивидуальный план подготовки разрабатывается на основании реализуемых в ГБУ «РСШОР по дзюдо» программ спортивной подготовки и предусматривает для спортсмена возможность иного режима посещения тренировочных занятий и иных сроков прохождения промежуточной и итоговой аттестации.

1.4. Индивидуальный план подготовки спортсмена рассматривается на тренерском совете и утверждается директором ГБУ «РСШОР по дзюдо»

II. Организация тренировочного процесса по индивидуальному плану

2.1. 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.

- индивидуальный план позволяет спортсмену выполнять программные требования в полном объеме, обеспечивает освоение программы в группах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

2.2. Индивидуальный план разрабатывается для отдельного спортсмена на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства на основе годового плана ГБУ «РСШОР по дзюдо».

- основанием для объединения в группы являются совпадения их выбора по содержанию, срокам и другим условиям прохождения программы.

- индивидуальный план предоставляется на каждого спортсмена тренером с содержанием

материала на предстоящий год и последующим отчетом спортсмена об исполнении плана по окончании года.

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

2.3. План находится у тренера, отметки о его выполнении в течение года фиксируются в журнале учета занятий.

2.4. Индивидуальный план составляется на один тренировочный год, на период летнего подготовки спортсменов, проведение 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.

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

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

III. Порядок перевода на индивидуальный план подготовки

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

3.2. Перевод на индивидуальный план подготовки осуществляется:

- для спортсменов, переведенных на программу спортивной подготовки на этап совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

IV. Порядок формирования индивидуального плана

4.1. Индивидуальный план по программе спортивной подготовки разрабатываются тренерами и инструкторами-методистами ГБУ «РСШОР по дзюдо».

4.2. В ходе прохождения программы по индивидуальному плану может возникнуть необходимость его корректировки, которая производится тренером и доводится до сведения директора ГБУ «РСШОР по дзюдо».

4.3. ГБУ «РСШОР по дзюдо» осуществляет контроль за освоением программы спортсменами, переведенными на индивидуальный план подготовки.

4.4. Годовой план подготовки спортсменов в ГБУ «РСШОР по дзюдо» на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства составляет 52 недели.

V. Требования к содержанию индивидуальных планов

5.1. Индивидуальный план разрабатывается не позднее 20 числа первого месяца нового тренировочного года и должен содержать обязательные знания и умения соответствующего этапа подготовки.

5.2. Индивидуальный план реализуется в полном объеме в течение тренировочного года, согласно расписанию.

VI. Заключительные положения

6.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента его утверждения приказом директора ГБУ «РСШОР по дзюдо».

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