

Рассмотрено и принято
на Педагогическом Совете
ГАУ ДО БО СШ «Горизонт»
Протокол № 5
от « 04 » 04 2025 г.

«Утверждаю»
Директор ГАУ ДО БО СШ
«Горизонт»
Б.В. Махоткин
Приказ № 297
от « 15 » 04 2025 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о порядке разработки и утверждения документов планирования
спортивной подготовки в государственном автономном учреждении
дополнительного образования «Брянская областная спортивная школа «Горизонт»

1. Общие положения

1.1. Положение о порядке разработки и утверждения документов планирования спортивной подготовки в государственном автономном учреждении дополнительного образования «Брянская областная спортивная школа «Горизонт» (далее – Положение) разработано на основании Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и определяет компетенцию и порядок разработки и утверждения видов планов, их согласования и утверждения в ГАУ ДО БО СШ «Горизонт» (далее - Учреждение).

1.2. Предметом планирования учебно-тренировочного и соревновательного процессов являются его содержание, формы и результаты, намечаемые на основе объективных закономерностей развития спортивных достижений и направленного формирования личности обучающегося. Определяются цели и задачи на различные периоды учебно-тренировочного процесса. На основе анализа динамики нагрузки за предыдущий год (или годы) устанавливают величину учебно-тренировочной нагрузки, ее объем и интенсивность. Определяются средства, методы, контрольные нормативы (испытания) и другие показатели.

1.3. Основная задача при разработке планов организации учебно-тренировочных занятий состоит в том, чтобы с учетом уровня подготовленности обучающегося, его возраста, спортивной квалификации, стажа занятий избранным видом спорта, календаря спортивных соревнований, особенностей вида спорта, условий проведения учебно-тренировочного процесса определить показатели моделируемого состояния обучающегося в планируемый период времени, наметить оптимальную программу тренировки.

1.4. Планирование спортивной подготовки осуществляется в соответствии со следующими сроками:

- перспективное планирование (на олимпийский цикл — до 4-х лет (по этапам спортивной подготовки), позволяющее определить этапы реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки;

- ежегодное планирование, позволяющее составить план проведения групповых и индивидуальных учебно-тренировочных занятий и промежуточной (итоговой) аттестации обучающихся, сдачи контрольных нормативов (испытаний);

- ежеквартальное планирование, позволяющее спланировать работу по проведению индивидуальных учебно-тренировочных занятий, самостоятельную работу лиц, проходящих спортивную подготовку, по индивидуальным планам; учебно-тренировочные сборы; участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях.

2. Порядок разработки и утверждения перспективного планирования

2.1. К документам перспективного планирования относится перспективный план на олимпийский цикл — до 4 лет (Приложение 1).

2.2. Перспективный план включает в себя следующие разделы:

- цель многолетней подготовки;
- этап, год спортивной подготовки;
- задачи этапов подготовки;
- преимущественная направленность учебно-тренировочного занятия; основные средства учебно-тренировочного занятия;
- количество часов подготовки;
- контрольные нормативы (испытания);
- планируемые основные соревнования;
- включение в состав спортивных сборных команд Учреждения, Брянской области, Российской Федерации;
- врачебный контроль.

2.3. Перспективный план подписывается тренером-преподавателем, инструктором-методистом.

2.4. Перспективный план может корректироваться ежегодно.

2.5. Перспективный план заслушивается на педагогическом Совете Учреждения.

2.6. Перспективный план утверждается директором Учреждения.

3. Порядок разработки и утверждения ежегодного планирования

3.1. К документам ежегодного планирования относятся — дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта, годовой учебно-тренировочный план (далее годовой план) спортивной подготовки (Приложение 2).

3.2. Годовой план разрабатывается на основании утвержденной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта и включает в себя:

- этап подготовки;
- разделы спортивной подготовки;
- содержание учебно-тренировочных занятий;
- объемы учебно-тренировочной нагрузки по разделам спортивной подготовки.

3.3. Годовой план рассматривается на педагогическом Совете, подписывается заместителем директора по спортивной работе и утверждается директором Учреждения.

4. Ежеквартальное планирование

4.1. Ежеквартальный учебно-тренировочный план (далее – ежеквартальный план) разрабатывается на основании утвержденного годового плана (Приложение 3), включает в себя:

- периоды подготовки;
- этап подготовки;
- мезоциклы;
- основные задачи по периодам подготовки;
- разделы спортивной подготовки.

4.2. Ежеквартальный план подписывается тренером-преподавателем, инструктором-методистом, согласовывается заместителем директора по спортивной работе.

4.3. Ежеквартальный план разрабатывается и согласовывается за месяц до начала тренировочного периода.

5. Планирование на месяц

5.1. В спортивной школе разработан план-график работы на месяц.

5.2. Ежемесячный план-график включает в себя следующие разделы (приложение № 4):

- основные задачи;
- график учебно-тренировочных занятий в виде календаря с указанием дня недели, даты проведения УТЗ;
- содержание УТЗ (направленность, цель) и продолжительность;
- подпись тренера-преподавателя;
- подпись инструктора-методиста.

6. Индивидуальный план подготовки

6.1. На этапе совершенствования спортивного мастерства тренер-преподаватель разрабатывает индивидуальный план подготовки спортсменов (Приложение 5).

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

- вид спорта (отделение);

6.3. Ф.И.О. обучающегося;

6.4. год рождения;

6.5. спортивный разряд;

6.6. этап спортивной подготовки;

6.7. соревновательная деятельность (наименование соревнований, сроки и

место проведения, планируемый результат);

6.8. планируемые и фактические объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;

6.9. Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

6.10. Индивидуальный план спортивной подготовки согласовывается заместителем директора по спортивной работе и подписывается тренером-преподавателем.

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

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

Приложение 1
к Положению о сетевой форме реализации дополнительных
образовательных программ
спортивной подготовки по виду спорта «теннис»
в государственном автономном учреждении
дополнительного образования
«Брянская областная спортивная школа «Горизонт»

Рассмотрено
на педагогическом совете
протокол № ____
от « ____ » _____ 20 ____ г.

«УТВЕРЖДАЮ»
директор ГАУ ДО БО СШ
«Горизонт»
_____/_____
« ____ » _____ 20 ____ г.

Наименование учреждения - _____
Цикл подготовки (4 года) - _____
Вид спорта - _____
ФИО тренера-преподавателя _____
Краткая характеристика группы:
Количество человек в группе _____
Возраст _____

Название раздела	20____	20____	20____	20____
цель многолетней подготовки				
Этап, год спортивной подготовки				
Задачи этапов подготовки				
Преимущественная направленность учебно-тренировочного занятия; основные средства учебно-тренировочного занятия				
Количество часов подготовки				
Контрольные нормативы (испытания);				

Планируемые основные соревнования;				
Включение в состав спортивных сборных команд Учреждения, Брянской области, Российской Федерации;				
Врачебный контроль (проведение УМО)				

Тренер-преподаватель _____

Инструктор-методист _____

к Положению о сетевой форме реализации дополнительных образовательных программ
спортивной подготовки по виду спорта «теннис»
в государственном автономном учреждении дополнительного образования
«Брянская областная спортивная школа «Горизонт»

«УТВЕРЖДАЮ»
директор ГАУ ДО БО СШ «Горизонт»
_____/_____
« » 20 г.

№№ п.п.	Содержание занятий	Группы начальной подготовки			Группы учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)					Группы совершенство- вания спортивного мастерства
		До года	2 г. обуч.	3 г. обуч.	1 г. обуч.	2 г. обуч.	3 г. обуч.	4 г. обуч.	5 г. обуч.	Весь период
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1.	Теоретическая подготовка									
2.	Восстановительные средства и мероприятия.									В переходный период спортивной подготовки
3.	Общее количество минут (часов) на теоретические разделы.									

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
4.	Практические занятия.									
5.	Общая физическая подготовка.									
6.	Специальная физическая подготовка.									
7.	Техническая подготовка.									
8.	Тактическая, психологическая подготовка.									
9.	Участие в спортивных соревнованиях.									
10.	Инструкторская и судейская практика.									
11.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль.									
12.	Общее количество часов на практические разделы									
13.	Общее количество часов									
14.	Аттестация									
15.	Медицинский контроль									

Заместитель директора
по спортивной работе

_____/_____
(подпись, расшифровка)

Приложение 3
к Положению о сетевой форме реализации дополнительных
образовательных программ спортивной подготовки по виду
спорта «теннис» в государственном автономном учреждении
дополнительного образования «Брянская областная
спортивная школа «Горизонт»

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по спортивной работе
ГАОУ ДО БО СШ «Горизонт»
_____/_____

КВАРТАЛЬНЫЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН

Группы _____

Тренер-преподаватель _____

Задачи по месяцам:

- январь –
- февраль –
- март –

Учебно-тренировочные мероприятия:

№ п/п	Наименование учебно-тренировочных мероприятий	Продолжительность	Дата и место проведения
1.			
2.			
3.			

Планируемые физкультурные и спортивные мероприятия:

№ п/п	Наименование мероприятий	Время проведения	Место проведения	Планируемый результат	Показанный результат
1.					
2.					
3.					

Квартальный план:

[illegible]

разделы												
Общее количество часов												
Аттестация												
Медицинский контроль												

Тренер-преподаватель _____

Инструктор-методист _____

Приложение 4
к Положению о сетевой форме реализации
дополнительных образовательных программ спортивной
подготовки по виду спорта «теннис» в государственном
автономном учреждении дополнительного образования
«Брянская областная спортивная школа «Горизонт»

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по спортивной работе
ГАОУ ДО БО СШ «Горизонт»
_____/_____

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН НА МЕСЯЦ

Группы _____

Тренер-преподаватель _____

Задачи по месяцам:

Учебно-тренировочные мероприятия:

№ п/п	Наименование учебно-тренировочных мероприятий	Продолжительность	Дата и место проведения
1.			
2.			
3.			

Планируемые физкультурные и спортивные мероприятия:

№ п/п	Наименование мероприятий	Время проведения	Место проведения	Планируемый результат	Показанный результат
1.					
2.					
3.					

План на месец:

[illegible]

Аттестация												
Медицинский контроль												

Тренер-преподаватель _____

Инструктор-методист _____

к Положению о сетевой форме реализации дополнительных образовательных программ
спортивной подготовки по виду спорта «теннис»
в государственном автономном учреждении дополнительного образования
«Брянская областная спортивная школа «Горизонт»

«Утверждаю»
Директор ГАУ ДО БО СШ «Горизонт»
/

Подготовки спортсмена группы этапа **совершенствования спортивного мастерства**

Год рождения _____, спортивный разряд, _____

Основные задачи на 20	учебно-тренировочный год
-----------------------	--------------------------

(по технической, тактической, специальной подготовки и по результатам выступления в основных соревнованиях)

1. Совершенствование техники игры в теннис на различных этапах подготовки.
2. Освоение различных методик технической подготовки в процессе становления спортивного мастерства.
3. Развитие тактического мышления и его составляющих, способности быстро воспринимать и передавать информацию, прогнозировать действия, находить оптимальные варианты тактических решений.
4. Усилить использование основных средств и методов восприятия специальных психических качеств, систематическое участие в соревнованиях, воздействие на сознание и поведение теннисиста с помощью способов и методов регулирования уровня эмоционального возбуждения.
5. Повышение уровня выступлений на соревнованиях.

[illegible]

