

# Алгоритм методической работы по приведению программ спортивной подготовки в соответствие с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта

**Квитов А. Н.**

заместитель директора тюменской «ОСДЮСШОР», кандидат педагогических наук

Согласно пункту 4 статьи 2 Федерального закона от 06.12.2011 №412-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О Физической культуре и спорте в Российской Федерации» в государственных учреждениях, реализующих учебно-тренировочные программы в сфере физической культуры и спорта (к ним относится и тюменская ОСДЮСШОР) с 1 января 2014 года спортивная подготовка вновь принятых лиц должна осуществляться в соответствии со стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

Организации, осуществляющие спортивную подготовку на муниципальном уровне (ДЮСШ, СДЮСШОР) должны перейти на подготовку вновь принятых лиц в соответствии со стандартами после 1 июля 2015 года. Поэтому спортивные школы до этих контрольных сроков должны проделать большую методическую работу по переходу на реализацию новых программных продуктов.

В своей работе мы исходили из следующего:

1. Со временем на уровне Министерства спорта РФ должны появиться программы спортивной подготовки, которые принято называть «типовыми». Их готовят авторские коллективы, включающие в себя представителей федераций по видам спорта, спортивных ВУЗов, тренерских сообществ и пр. Программы, подготовленные на уровне муниципальных спортивных школ, будут иметь статус «временных» программ, «программ переходного периода».
2. Между образовательными программами дополни-

тельного образования детей физкультурно-спортивной направленности и разрабатываемыми сегодня программами спортивной подготовки должна прослеживаться преемственность их содержательной основы.

Алгоритм методической работы по приведению программ спортивной подготовки к требованиям федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта дан на примере вида спорта – бокс.

I этап – подготовительный (выполняется инструктором-методистом)

- Для начала работы помимо федерального стандарта спортивной подготовки (ФССП) необходимо иметь в электронном виде текст образовательной программы дополнительного образования детей по данному виду спорта.

- Программа должна быть издана одним из центральных издательств («Физкультура и спорт», «Советский спорт» и др. позднее 2002 года).

II этап – содержательный (выполняется инструктором-методистом)

- Подготовка структуры программы на основе требований ФССП.

- Первичное оснащение разделов программы содержательными блоками выбранной образовательной программы и ФССП.

- Форматирование, тиражирование программы.

III этап – экспертный (выполняется инструктором-методистом и старшим тренером по виду спорта).

- Завершение работы над содержанием разделов программы.
- Определение перспективных направлений модифи-

кации программы.

Предлагаем Вам результаты работы в рамках II этапа: подготовка структуры программы на основе требований Федеральных стандартов спортивной подготовки по боксу.

Титульный лист

Утверждена решением методического совета ГАУ ДОД ТО «ОСДЮСШОР»  
от \_\_\_\_\_ 2013 г.

Программа спортивной подготовки

Вид спорта – бокс

Организация, осуществляющая спортивную подготовку – ГАУ ДОД ТО «ОСДЮСШОР»

Программа разработана на основе федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта бокс, утвержденного приказом Минспорта России от 20 марта 2013 г. №123

Срок реализации – 6 лет

Год составления программы – 2013 г.

### Пояснительная записка

Приводится характеристика вида спорта, отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

#### 1. Нормативная часть

1.1. Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки боксу;

1.2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта бокс;

1.3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта бокс;

1.4. Режимы тренировочной работы;

1.5. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;

1.6. Предельные тренировочные нагрузки;

1.7. Минимальный и предельный объём соревновательной деятельности;

1.8. Требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

1.9. Требования к количественному и качественному составу групп подготовки;

1.10. Объём индивидуальной спортивной подготовки;

1.11. Структура годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

### 2. Методическая часть

2.1. Рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований;

2.2. Рекомендуемые объёмы тренировочных и соревновательных нагрузок;

2.3. Рекомендации по планированию спортивных результатов;

2.4. Требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;

2.5. Программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды подготовки;

2.6. Рекомендации по организации психологической подготовки;

2.7. Планы применения восстановительных средств;

2.8. Планы антидопинговых мероприятий;

Содержательной основой антидопинговых мероприятий может стать материал статьи Грецова А. Г. (Санкт-Петербург) «Тренинговая программа формирования критического отношения к допингу среди молодых спортсменов», опубликованная в альманахе «Спорт-вест» №5, 2012 г. Автор статьи предлагает реализовать в ходе спортивной подготовки программу, состоящую из 4 занятий.

2.9 Планы инструкторской и судейской практики.

### 3. Система контроля и зачетные требования

3.1. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта бокс;

3.2. Требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки;

3.3. Виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;

3.4. Комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования;

3.5. Перечень информационного обеспечения (список литературных источников: каталог библиотеки ОС-ДЮСШОР и литература тренеров; перечень аудиовизуальных средств, перечень интернет-ресурсов);

3.6. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на основе единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.

4. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учётом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта бокс (спортивных дисциплин).

4.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки;

4.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе;

4.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства;

4.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства;

4.5. Нормативы максимального объёма тренировочной нагрузки.

5. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, её осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки.

Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта бокс;
- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта бокс;
- выполнение плана спортивной подготовки;
- прохождение предварительного соревновательного отбора;
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утверждённых международными антидопинговыми организациями.

Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

6. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки.

**Результатом реализации Программы является:**

**На этапе начальной подготовки:**

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта бокс;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта бокс.

На тренировочном этапе:

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта бокс;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

**На этапе совершенствования спортивного мастерства:**

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;

## ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- сохранение здоровья спортсменов.

### На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

Для обеспечения этапов спортивной подготовки используют систему спортивного отбора, представляющую собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.

Система спортивного отбора включает:

- а) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;
- б) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта бокс;
- в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.

Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

Для наиболее перспективных выпускников, могут предоставить возможность прохождения спортивной подготовки на своей базе сроком до четырёх лет (до 10% от количества обучающихся).

7. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта бокс.

Особенности осуществления спортивной подготовки в зависимости от весовых категорий определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки, начиная с тренировочного этапа;
- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведётся в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства кроме основного тренера (тренера-преподавателя) по виду спорта бокс допускается привлечение дополнительно второго тренера (тренера-преподавателя) по общефизической и специальной

физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов.

Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта бокс определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.

С учётом специфики вида спорта бокс определяются следующие особенности спортивной подготовки:

- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объёму и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;
- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта бокс осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

8. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям.

8.1 Требования к кадрам, осуществляющим спортивную подготовку:

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определённым единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утверждённым приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 №916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный №22054) (далее – ЕКСД), в том числе следующим требованиям:

- на этапе начальной подготовки – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;
- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трёх лет.

Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе «Требования к квалификации» ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объёме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы.

Количественный расчёт кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчётных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация программы.

8.2.. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре и иным условиям:

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского кабинета, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 №613н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий» (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010, регистрационный №18428);

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки;
- обеспечение спортивной экипировкой;
- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;
- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

### **Динамика основных показателей деятельности спортивных школ (ДЮСШ, СДЮСШОР) Тюменской области в 2013 году**

Сеть детско-юношеских спортивных школ является системообразующим звеном региональной системы подготовки спортивного резерва Тюменской области и характеризуется сегодня следующими позитивными тенденциями (по данным государственного отчёта по форме 5-ФК):

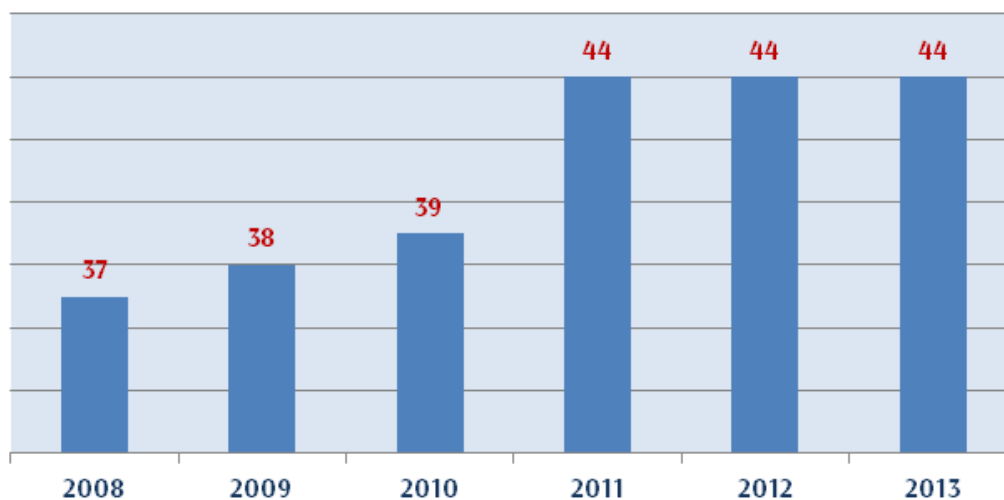
- стабилизация числа спортивных школ;
- устойчивый, но замедляющийся рост числа обучающихся;
- превышение регионального показателя уровня финансирования в расчёте на одного обучающегося (руб.) в спортивных школах над средним показателем по спортивным школам РФ;
- рост уровня расходов на участие в соревновательной деятельности и учебно-тренировочных мероприятиях в расчёте на одного обучающегося (т. руб.) в сравнении со средним показателем сети спортивных школ РФ;

- значительный рост доли штатных тренеров-преподавателей.

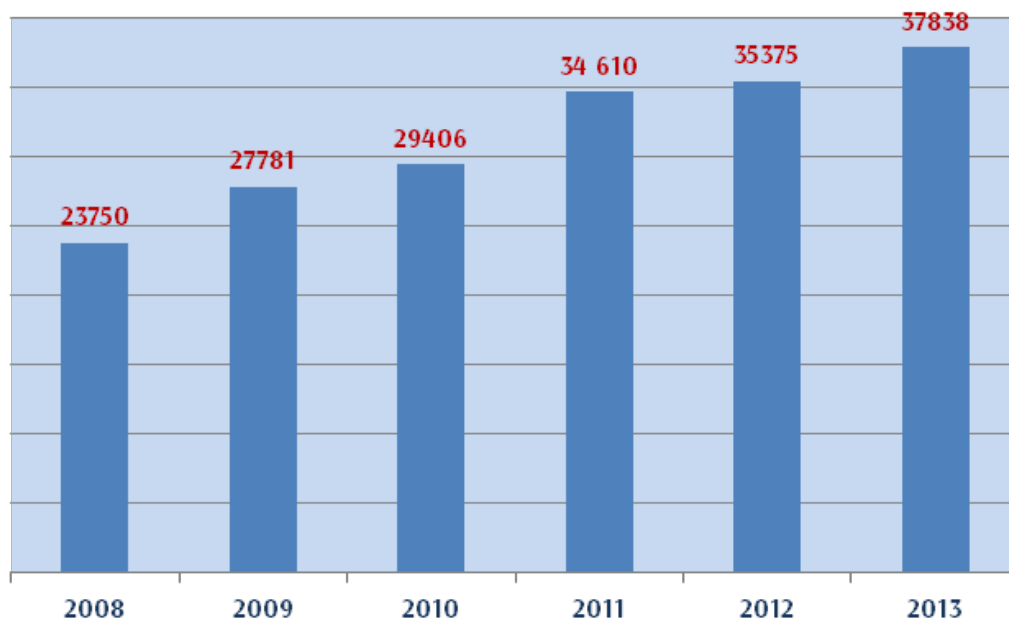
В то же время существует ряд негативных тенденций:

- сокращение общего числа разрядников;
- сокращение доли штатных тренеров-преподавателей с высшим профессиональным образованием;
- снижение доли спортсменов, обучающихся на завершающих этапах спортивной подготовки (учебно-тренировочный, спортивного совершенствования, высшего спортивного мастерства, %);
- значительное отставание в темпе подготовки спортсменов высокой квалификации от среднего для спортивных школ России показателя, (% – КМС, МС, МСМК, ЗМС);
- значительное отставание уровня финансирования спортивных школ, расположенных в сельской местности, от финансирования городских спортивных школ (руб. в расчёте на одного обучающегося).

Количество спортивных школ (ДЮСШ, СДЮСШОР)  
Тюменской области, шт.



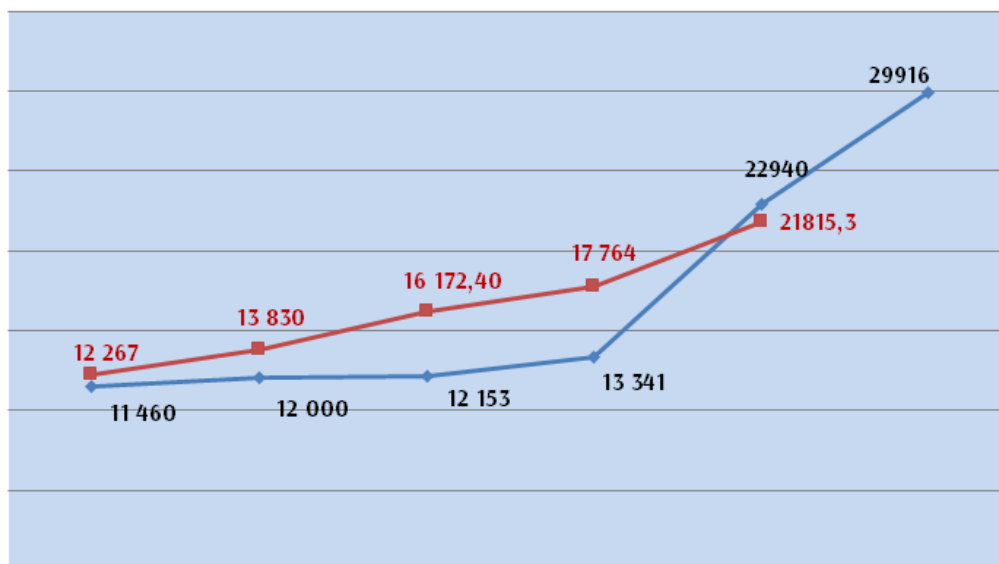
Количество обучающихся в спортивных школах  
(ДЮСШ, СДЮСШОР) Тюменской области, чел.



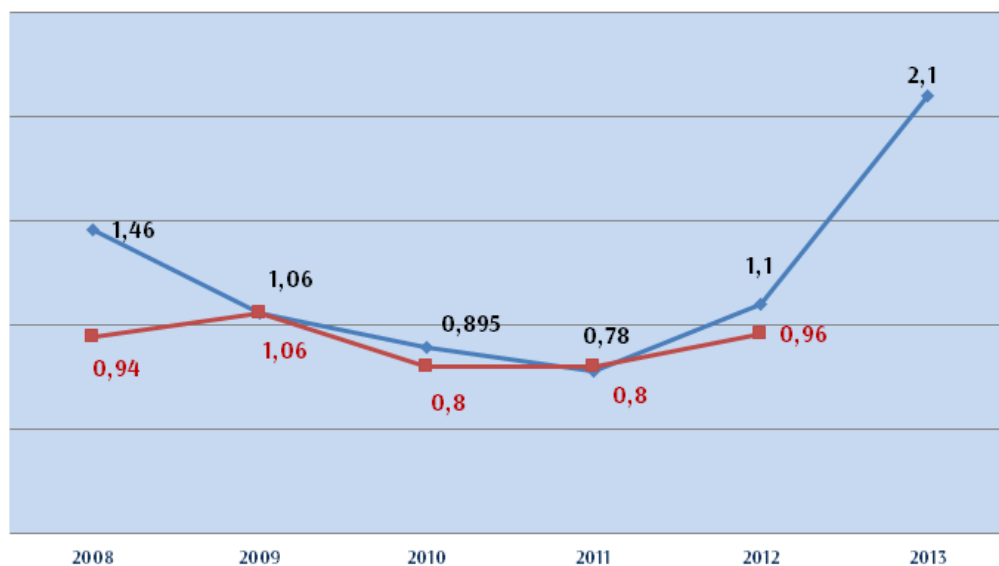


## ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ

Уровень финансирования в спортивных школах в расчёте на одного обучающегося, руб.

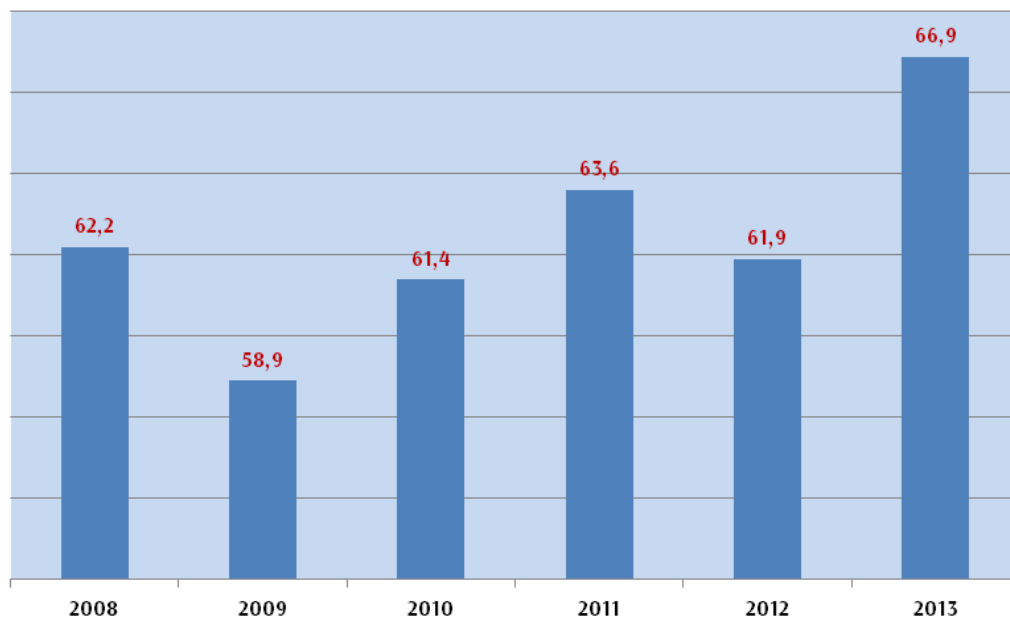


Уровень расходов на участие в соревновательной деятельности и учебно-тренировочных мероприятиях, т. руб.

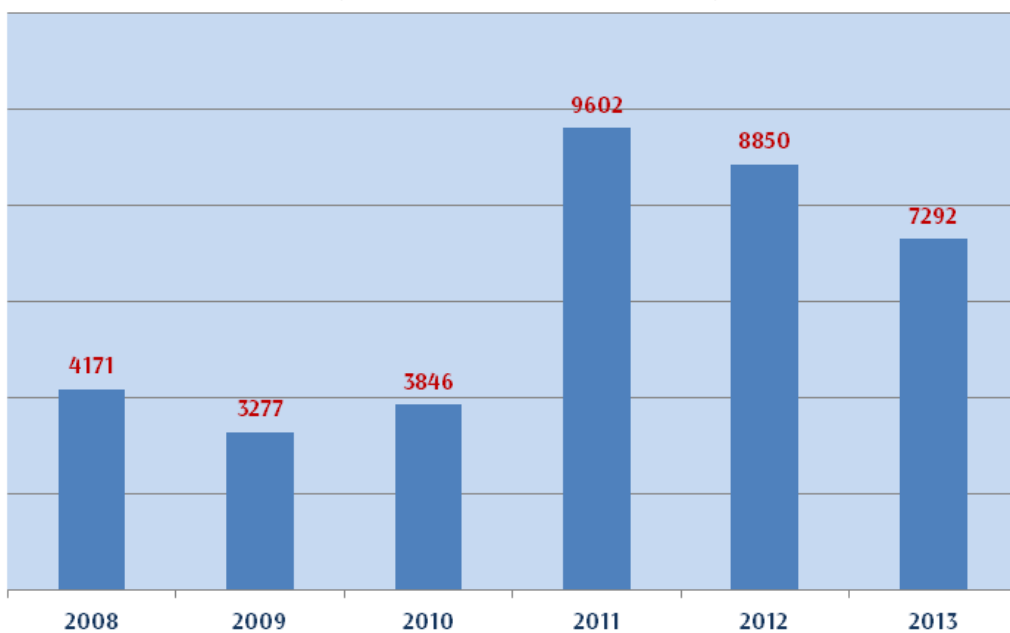


— в расчёте на одного обучающегося в спортивных школах Тюменской области (т.р.)  
— в расчёте на одного обучающегося в спортивных школах РФ (т.р.)

Доля штатных тренеров-преподавателей в спортивных школах  
(ДЮСШ, СДЮСШОР) Тюменской области, %

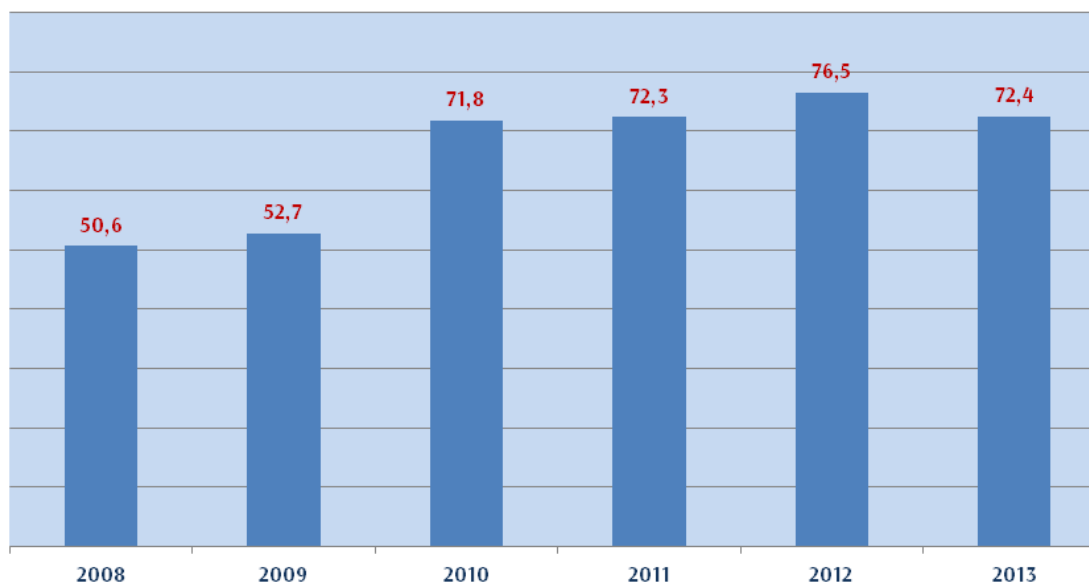


Общее количество разрядников, подготовленных в спортивных школах  
(ДЮСШ, СДЮСШОР) Тюменской области, чел.



## ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ

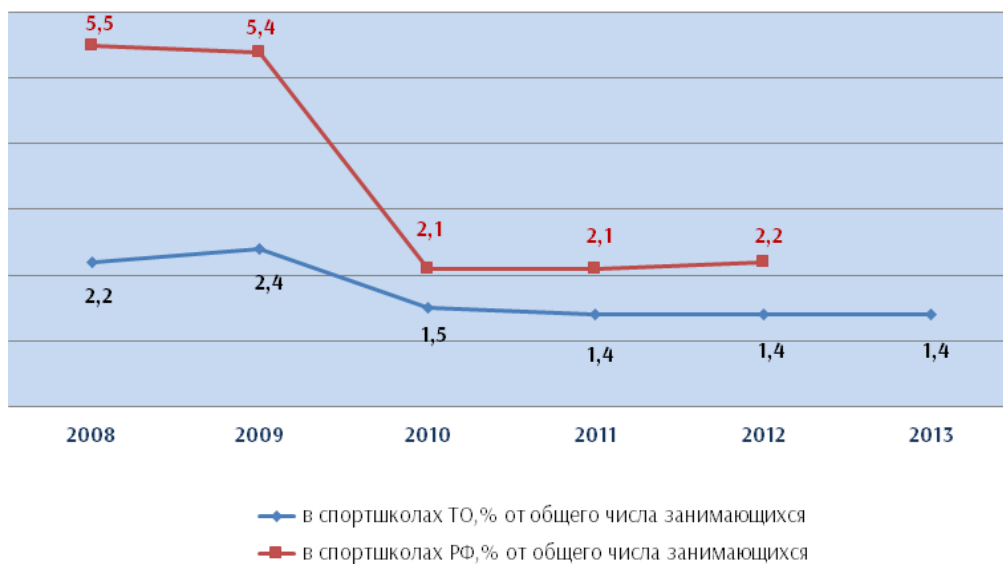
Доля штатных тренеров-преподавателей с высшим профессиональным образованием в спортивных школах (ДЮСШ, СДЮСШОР) Тюменской области, %



Доля спортсменов, обучающихся на завершающих этапах спортивной подготовки, %



Темпы подготовки спортсменов высокой квалификации, подготовленных за год,  
% от общего числа обучающихся



Сравнительный уровень финансирования спортивных школ  
Тюменской области, руб. в расчёте на одного обучающегося

