

«Утверждаю»
Директор МБУС ОСПОР по фехтованию
Е.И. Вольский
№ 11/от 31.12 2019 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о формировании групп и определении объема недельной тренировочной нагрузки
занимающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение вводится на основании Федерального стандарта Спортивной подготовки по виду спорта фехтование, утвержденного приказом Минспорта РФ от 19.01.2018 года № 40.

1.2. Настоящее Положение вводится с целью:

- повышения эффективности и улучшения качества тренировочного процесса;
- непрерывности и преемственности физического воспитания граждан, относящихся к различным возрастным группам;
- повышения качества подготовки спортивного резерва;
- Увеличения охвата детей и молодежи, регулярно занимающихся физической культурой и спортом.

2. Организационная основа.

2.1. Система спортивной подготовки представляет собой многолетний, круглогодичный, специально организованный и управляемый процесс, основанный на научных и практических знаниях.

2.2. Этапы спортивной подготовки в соответствии с ФЗ от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ при осуществлении спортивной подготовки следующие:

- спортивно-оздоровительный;
- начальной подготовки;
- тренировочный (спортивной специализации);
- совершенствования спортивного мастерства;
- высшего спортивного мастерства.

2.3. Содержание спортивно-оздоровительного этапа определяется в соответствии с реализуемой дополнительной программой и на этот этап не распространяются требования федерального стандарта спортивной подготовки.

2.4. При осуществлении спортивной подготовки реализуются следующие этапы и периоды:

- начальной подготовки: периоды: первый год подготовки, свыше первого года.
- тренировочный (спортивной специализации): периоды: начальной специализации, углубленной специализации.
- совершенствования спортивного мастерства: весь период.
- высшего спортивного мастерства: весь период.

3. Нормы наполняемости групп.

Наполняемость групп с учетом техники безопасности и в соответствии с нормативно-правовыми документами, указанных выше:

- спортивно-оздоровительный этап: 10-15 чел.;

- этап начальной подготовки 1 года: 12-20 чел., 2 года: 12-18 чел., 3 года 12-16 чел.;
- тренировочный этап начальной специализации (до 2-х лет): 10-14 чел., свыше 2-х лет: 4-12 чел.;
- этап спортивного совершенствования 2-10 чел.;
- этап высшего спортивного мастерства (весь период): 1-8 чел.

При проведении занятий с занимающимися из различных групп, максимальный количественный состав определяется по группе, имеющий меньший показатель в данной графе.

4. Объем недельной тренировочной нагрузки.

4.1. Недельный режим тренировочной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки.

4.2. Объем недельной тренировочной нагрузки в группах НП и Т может быть сокращен не более, чем на 10%.

4.3. Объем тренировочной нагрузки в неделю определяется в соответствии с программой и с учетом нормативно-правовых документов, указанных выше:

- спортивно-оздоровительный этап: 6 час/нед;
- этап начальной подготовки до 1 года: 6 час/нед, свыше 1 года: 9 час/нед;
- тренировочный этап до 2-х лет: 12 час/нед, свыше 2-х лет: 18 час/нед;
- этап спортивного совершенствования до 1 года: 24 час/нед, свыше 1 года: 28 час/нед;
- этап высшего спортивного мастерства: 32 час/нед.