

«Положение об организации учебно-тренировочного процесса в физкультурно-оздоровительном комплексе»

I. Введение

Настоящее положение разработано в целях оказания содействия в организации учебно-тренировочного процесса в ФОКе. Физкультурно-оздоровительный комплекс (ФОК) является субъектом физкультурно-спортивного движения и руководствуется законодательством Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта. Учебно-тренировочный процесс ФОКа должен быть направлен на максимально возможное привлечение детей и подростков в систематические занятия физической культурой и спортом, воспитывать устойчивый интерес к ним.

II. Организационные основы деятельности ФОКа

1. Общие положения

1.1. ФОК является учреждением, деятельность которого направлена на выполнение социально значимых функций, не преследует цели получения прибыли и должна осуществляться в соответствии с действующим законодательством РФ. В своей деятельности осуществляет следующие задачи:

- обеспечивает необходимые условия для личностного и физического развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда детей и подростков;

- ведет работу по привлечению занимающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, оказывает всестороннюю помощь общеобразовательным школам в организации методической и спортивно-массовой работы по культивируемым в ФОКах видам спорта;

- выявляет в процессе обучения способных детей и подростков для привлечения их к специализированным тренировочным занятиям и подготовке спортсменов высокого класса для сборных команд Нижегородской области;

- обеспечивает приобретение занимающимися минимума знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладение теоретическими основами и приемами оценки уровня физического развития;

- проводит мероприятия по формированию у занимающихся общей культуры, организации их содержательного отдыха.

1.2. В ФОКе не допускаются создание и деятельность организационных структур политических партий, общественно-политических, религиозных и экстремистских движений и организаций.

1.3. ФОК имеет право устанавливать прямые связи с учреждениями, предприятиями, организациями, в том числе и с иностранными, в установленном порядке.

1.4. ФОК осуществляет свою деятельность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, нормативными актами Нижегородской области, настоящими методическими рекомендациями и собственным уставом. Права и обязанности занимающихся, родителей (законных представителей), сотрудников определяются уставом ФОКа и иными, предусмотренными уставом актами.

1.5. К тренерской деятельности в ФОКе допускаются лица, как правило, имеющие высшее или среднее профессиональное образование, отвечающие требованиям квалификационных характеристик, определенных для соответствующих должностей.

1.6. Тренеры-преподаватели по спорту (тренеры) имеют право на: защиту своей профессиональной чести и достоинства, свободу выбора на использование методик обучения и

воспитания, учебных пособий и материалов, методов оценки знаний, умений занимающихся; социальные гарантии и льготы, установленные законодательством Российской Федерации.

1.7. Отношения работника учреждения и администрации регулируются трудовым договором (контрактом), условия которого не могут противоречить трудовому законодательству Российской Федерации.

1.8. ФОК несет, в установленном законодательством Российской Федерации порядке, ответственность за: выполнение функций, определенных его уставом; реализацию в полном объеме учебно-тренировочных программ в соответствии с утвержденными администрацией учебными планами; качество реализуемых учебных программ; соответствие форм, методов и средств организации учебно-тренировочного процесса возрасту, интересам и потребностям детей; жизнь и здоровье детей и сотрудников учреждения во время проведения учебно-тренировочного процесса; соблюдение прав и свобод занимающихся и сотрудников учреждения; иную, предусмотренную законодательством Российской Федерации.

2. Условия зачисления в ФОК, комплектование учебных групп и порядок перевода учащихся на каждый последующий год обучения.

Участниками учебно-тренировочного процесса в ФОКе являются дети, подростки и молодежь, тренеры и родители (законные представители). Порядок приема детей в ФОК определяется в соответствии с настоящим положением. При приеме детей ФОК обязан ознакомить их и их родителей (законных представителей) с уставом ФОКа и другими документами, регламентирующими организацию учебно-тренировочного процесса.

Зачисление учащихся в секцию производится приказом директора ФОКа по письменному заявлению родителей (законных представителей), с письменного разрешения врача-педиатра поликлиники по месту жительства или врача общеобразовательной школы.

Занятия в ФОКе проводятся по специальным программам, по видам спорта разрабатываемым тренерами и утверждаемым руководителем ФОКа на основе примерных программ по видам спорта, допущенных Федеральным органом управления в сфере физической культуры и спорта.

Минимальный возраст зачисления детей в секции ФОКа по видам спорта определяется в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения) - СанПиН 2.4.4. 1251-03 (в соответствии с таблицами № 1, № 2), утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 3 апреля 2003 г. № 27.

Группы видов спорта и минимальный возраст зачисления детей в секции ФОКа по видам спорта.

Таблица № 1

Виды спорта, включенные в программу Олимпийских игр.

Возраст	1 группа	2 группа	3 группа
6	Фигурное катание		
7			Настольный теннис
			Плавание
8		Баскетбол	Бадминтон
		Футбол	
		Мини-футбол	
9			Конькобежный спорт
			Легкая атлетика
		Волейбол	Лыжные гонки
			Рыболовный спорт
		Хоккей	
10	Фехтование		Греко-римская борьба
			Атлетическая гимнастика (юн)
12			Атлетическая гимнастика (дев)

Неолимпийские виды спорта

7			Шахматы
9		Флорбол	
			Пауэрлифтинг

Ребенок одновременно может быть зачислен не более чем в две секции. Место за ребенком в секции сохраняется на время его отсутствия в случаях:

- болезни;
- карантин;

в иных случаях в соответствии с уважительными семейными обстоятельствами, по заявлению родителей (законных представителей). Отчисления детей из секций оформляется приказом и происходит:

- по желанию родителей (законных представителей);
- на основании медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка, препятствующего его дальнейшим занятиям,
- за систематические пропуски занятий без уважительной причины в течение месяца.

В случае снижения численного состава группы ниже минимального значения установленного настоящим Регламентом тренерам дается срок в течение одного месяца для доукомплектования групп.

При соблюдении организационно-методических и медицинских требований ФОК, в порядке эксперимента, может осуществлять набор детей более раннего возраста в спортивно-оздоровительные группы.

Условиями данного набора является:

- наличие письменного заявления родителей (законного представителя) ребенка;
- наличие программы по видам спорта, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;
- сохранение ФОКом набора детей в группы начальной подготовки в возрастном диапазоне, рекомендованном учебно-тренировочной программой;
- наличие у тренера, привлеченного к работе с детьми раннего возраста, квалификационной категории или документа об окончании специальных курсов повышения квалификации.

Порядок зачисления в группы спортивной подготовки, перевод из одной в другую определяется непосредственно учреждением и оформляется приказом директора ФОКа.

Заявления на зачисление и отчисление занимающихся принимаются с 25 по 30 число каждого месяца.

Спортивно-оздоровительные группы формируются как из числа вновь зачисляемых, так и из занимающихся в ней, но не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видам спорта.

При невозможности зачисления в группы начальной подготовки всех желающих, отбор производится по уровню физического развития и состояния здоровья. Порядок проведения отбора устанавливается ФОКом и доводится до сведения общественности.

В учебно-тренировочные группы зачисляются только практически здоровые обучающиеся, после прохождения этапа начальной подготовки не менее одного года при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных рекомендованными учебными программами по видам спорта. Продолжительность этапа 4 - 5 лет. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется последовательно, не перескакивая через группу при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общей физической подготовке (ОФП) и специальной физической подготовке (СФП).

Спортсмены ФОКов, направленные для повышения спортивного мастерства в училища олимпийского резерва, команды мастеров по игровым видам спорта, по договору между данными

организациями и ФОКом могут выступать за ее команду в течение двух лет. ФОК в течение указанного срока сохраняет за тренерами, администрацией ФОКа и специалистами ранее установленные надбавки (доплаты) за подготовку этих спортсменов.

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется с учетом мер безопасности при проведении занятий в соответствии с рекомендованной программой по виду спорта. При отсутствии в этой программе нормативов по наполняемости учебных групп и максимальном объеме учебно-тренировочной нагрузки следует придерживаться параметров, приведенных в таблице № 3 (в секциях по адаптивному спорту - приложение).

Таблица № 3

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы**

	Период обучения (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
Спортивно-оздоровительный	весь период	15	20	6
Начальной подготовки	первый год	15	20	6
	второй год	12	20	9
	третий год	12	20	9
Учебно-тренировочный	первый год	10	20	12
	второй год	Устанавливаются учреждением	20	12
	третий год		16	18
	четвертый год		16	18
	пятый год		16	20

Примечания: 1. Недельный режим учебно-тренировочной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки.

2. Общегодовой объем учебно-тренировочной нагрузки, предусмотренный указанными режимами нагрузки (работы), начиная с учебно-тренировочного этапа свыше двух лет подготовки, может быть сокращен не более чем на 25%.

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции бадминтон.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	6-8	15	20	6
НП-1	7	15	20	6
НП-2	8	14	20	9
НП-3	9	14	20	9
УТГ-1	9-10	12	20	12
УТГ-2	10-11	12	20	12
УТГ-3	12-13	12	16	16
УТГ-4	13-14	12	16	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции баскетбол.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
---------------	---	--	---	---

СОГ	7-8	20	25	6
НП-1	9-10	20	25	6
НП-2	10-11	15	20	9
НП-3	11-12	15	20	9
УТГ-1	12-13	12	20	12
УТГ-2	13-14	12	18	12
УТГ-3	14-15	12	18	18
УТГ-4	15-16	12	18	18
УТГ-5	16-17	12	18	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции волейбол, лыжные гонки**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	9	15	20	6
НП-1	9	15	20	6
НП-2	9	14	20	9
НП-3	9	14	20	9
УТГ-1	9	12	20	12
УТГ-2	9	12	20	12
УТГ-3	9	12	20	16
УТГ-4	9	12	20	18
УТГ-5	9	12	20	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции греко-римская борьба.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	10-17	15	20	6
НП-1	10	15	20	6
НП-2	10	14	20	9
НП-3	10	14	20	9
УТГ-1	10	12	20	12
УТГ-2	10	12	20	12
УТГ-3	10	12	20	18
УТГ-4	10	12	20	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции легкая атлетика.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	9-17	15	20	6
НП до года	9	15	20	6
НП свыше года	10	14	20	9
НП-3	10	14	20	9
УТГ-1	12	12	20	12
УТГ-2	13	10	20	12

УТГ-3	14	10	20	18
УТГ-4	15	8	20	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции хоккей.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	9	15	20	6
НП-1	9	12	20	6
НП-2	9	12	20	9
УТГ-1	10	8	20	12
УТГ-2	10	8	20	12
УТГ-3	10	8	20	14
УТГ-4	10	8	20	16
УТГ-5	10	8	20	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции настольный теннис.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	6	15	20	6
НП до года	6	15	20	6
НП свыше года	7	14	20	9
УТГ до года	8	10	20	12
УТГ свыше года	10-12	8	20	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции фехтование.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	9	15	20	6
НП до года	9	15	20	6
НП свыше года	10-12	14	20	9
УТГ до двух лет	11-13	Нет режима наполнения		12
УТГ свыше двух лет	13-14	10	12	18

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции фигурное катание.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	4-5	15	20	6
НП-1	4-5	15	20	10
НП-2	5-6	12	20	12
НП-3	7-8	10	20	14
УТГ-1	8-9	8	20	16
УТГ-2	9-10	6	20	18
УТГ-3	10-11	5	20	22

**Минимальная и максимальная наполняемость групп,
объем учебно-тренировочной работы для секции футбол.**

Этап обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час/нед.)
СОГ	6-8	15	20	6
НП до года	9	15	20	6
НП свыше года	10-11	12	20	9
УТГ до двух лет	12-13	10	20	12
УТГ свыше двух лет	14-15	12	20	12

При объединении в одну группу занимающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности не допускается превышать разницу в уровне их спортивного мастерства более двух спортивных разрядов.

Перевод занимающихся (в т.ч. досрочно) в группу последующего года обучения или этапа спортивной подготовки осуществляется решением тренерского совета на основании продолжительности занятий, выполнения контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке и заключения врача (медицинской комиссии).

Учащимся, не выполнившим предъявляемые требования, предоставляется возможность продолжить обучение повторно на том же этапе или в спортивно-оздоровительных группах ФОКа.

Организация учебно-тренировочного процесса предусматривает, что:

- 1) основной формой работы с детьми являются занятия в учебных группах;
- 2) количество занимающихся в группах определяется в зависимости от состояния здоровья, возраста детей, срока обучения и закрепляется уставом учреждения;
- 3) учебно-тренировочные занятия в ФОКе по видам спорта проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях ФОКа и дополнительно 6 недель - в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) по индивидуальным планам на период их активного отдыха.

При работе с детьми должен осуществляться дифференцированный подход с учетом возраста детей и этапа подготовки.

Режим деятельности потребителей Услуги должен удовлетворять следующим требованиям:

- 1) режим учебно-тренировочного процесса (расписание занятий) должен быть утвержден руководителем учреждения;
- 2) расписание занятий в учреждениях составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в общеобразовательных учреждениях;
- 3) между занятиями в общеобразовательном учреждении (независимо от обучения) и посещением учреждения детей должен быть перерыв для отдыха не менее часа;
- 4) начало занятий с детьми и подростками должно быть не ранее 8.00 ч, окончание занятий не позднее 20.00 ч.;
- 5) занятия в ФОКе могут проводиться в любой день недели, включая выходные и каникулы;
- 6) продолжительность одного занятия в группах спортивно-оздоровительной направленности и начальной подготовки не должна превышать двух академических часов (академический час 45 минут), в учебно-тренировочных группах - трех академических часов при менее чем четырехразовых тренировочных занятиях в неделю, в группах, где нагрузка составляет 20 часов и более в неделю - четырех академических часов, а при двухразовых занятиях в день - трех академических часов;

3. Организация учебно-тренировочного процесса

ФОК организует работу с учащимися в течение календарного года. Начало комплектования спортивных групп - 1 сентября.

Расписание занятий (тренировок) составляется заместителем директора по учебной работе ФОКа по представлению предложений тренеров в целях установления более благоприятного режима тренировок и отдыха учащихся, обучения их в общеобразовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм. Расписание составляется с 16 августа по 15 сентября на 46 недель. Личное расписание должен подписать каждый тренер. Изменения в расписании осуществляется по письменному заявлению тренера с указанием причины. Разовые изменения в расписании необходимо согласовать с непосредственным руководителем в письменном виде. Работа в праздничные дни осуществляется с письменного заявления тренера на имя руководителя.

При поездке на соревнования тренер обязан оформить командировочный лист.

Содержание учебно-тренировочных занятий должно соответствовать утвержденным учебно-тренировочным программам по видам спорта.

Журналы учета работы спортивной секции должны заполняться в соответствии с календарно-тематическим планом и находиться на ресепшене.

Организация учебно-тренировочного процесса в ФОКе без использования учебно-тренировочных программ подготовки спортсменов по различным видам спорта не допускается.

Учебно-тренировочный процесс контролируется комиссией по контролю (Приказ № 62 от 21.03.2014г.):

Председатель комиссии:

Смирнова Ольга Леонидовна – заместитель директора по учебной работе.

Члены комиссии:

Колобаева Ирина Валентиновна – главный бухгалтер;

Коженков Олег Александрович – заместитель директора по воспитательной работе;

Щукин Михаил Митрофанович – инженер по ОТ и ТБ;

Назарова Ольга Александровна – старший инструктор-методист.

4. Медицинское обслуживание и контроль

4.1. Медицинское обеспечение спортсменов осуществляется ФОКом в соответствии с Приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 20.08.2001 г. № 337 «О мерах по дальнейшему развитию и совершенствованию спортивной медицины и лечебной физкультуры» и других нормативных актов, принимаемых федеральным органом управления в сфере здравоохранения.

4.2. штатные медицинские работники должны осуществлять непосредственный медицинский контроль за учебно-тренировочным процессом и в период соревнований.

4.3. штатные медицинские работники должны проводить периодические медицинские осмотры занимающихся

4.4. В целях предупреждения нарушения здоровья у спортсменов ФОКа следует предусматривать:

а) диспансерное обследование не менее двух раз в год;

б) дополнительные медицинские осмотры перед участием в соревнованиях, после болезни или травмы;

в) контроль за использованием спортсменов фармакологических средств.

5. Документация ФОКа

Перечень документации по учебно-спортивной работе ФОКа

1. Номенклатура дел по учебно-спортивной работе
2. Приказ директора об организации учебно-спортивной работы ФОКа на учебный год
3. Список тренерского состава ФОКа
4. Единый календарный план соревнований ФОКа на календарный год
5. Расписание занятий (по залам, по каждому тренеру)
6. Приказы по учреждению о присвоении спортивных разрядов (списки)
7. Журнал контроля учебно-тренировочного процесса в ФОКе
8. Журнал тренерских Советов
9. Документы о проведении соревнований (положения, протоколы, отчеты и др.)
10. Документы об организации деятельности оздоровительных лагерей
11. Письма, приглашения (вызовы) на учебно-тренировочные сборы, соревнования, семинары судей
12. Годовой план учебно-спортивной работы Фока
13. Анализ работы тренеров за год (ст. тренеры)
14. Статистический и описательный отчет об учебно-тренировочной работе ФОКа
15. Анкеты - заявления родителей (законных представителей)
16. Медицинские справки о допуске к занятиям по избранному виду спорта
17. Список групп
18. Приказы о комплектовании групп, журнал регистрации приказов
19. Личные карты спортсменов по установленной форме, для занимающихся на этапе НП-2 и выше.
20. Учебная программа
21. Годовой учебный план работы тренеров
22. Планы учебно-тренировочных занятий
23. Контрольные задания спортсменам ФОКа на учебный год
24. Журнал учета работы тренера
25. Индивидуальные планы подготовки спортсменов, занимающихся в группах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства (на кандидатов в сборные команды Российской Федерации и Нижегородской области)
26. Ведомость сдачи контрольных нормативов (или протоколы)

IV. Система многолетней спортивной подготовки

ФОК организует учебно-тренировочный процесс в соответствии с научно разработанной системой многолетней спортивной подготовки, обеспечивающей преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки спортсменов всех возрастных групп.

Таблица №4

Организационная структура многолетней спортивной подготовки

Этапы подготовки	Основная задача этапа	Период подготовки
Спортивно-оздоровительный	Расширение возможностей и компенсация дефицита двигательной активности	весь период
Начальной подготовки	Базовая подготовка и определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации	до 3 лет
Учебно-тренировочный	Специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта	до 5 лет

Модель-схема построения системы многолетней подготовки спортсменов в ФОКах
(преимущественная направленность тренировок).

Предварительная подготовка
(группы начальной подготовки)

- решаются образовательные, воспитательные, оздоровительные и развивающие задачи:
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений; приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- определение вида спорта для последующих занятий;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- воспитание волевых качеств.

Начальная спортивная специализация
(учебно-тренировочные группы 1-2 года обучения):

- достижение всесторонней физической подготовленности;
- овладение основами техники избранного вида спорта;
- воспитание основных физических и волевых качеств;
- приобретение соревновательного опыта в различных видах спорта;
- определение спортивных задатков и способностей;
- уточнение спортивной специализации.

Углубленная специализация в избранном виде спорта
(учебно-тренировочные группы 3-5 года обучения):

- совершенствование техники избранного вида спорта и специальных физических качеств;
- повышение уровня подготовленности;
- накопление соревновательного опыта в избранном виде спорта;
- совершенствование волевых качеств.

Для обеспечения этапов многолетней спортивной подготовки ФОК использует систему спортивного отбора, включающую в себя:

- а) анализ показателей развития физической подготовленности и освоения спортивных навыков занимающимися;
- б) сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП, ТТМ с целью комплектования групп;
- в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

Критерии оценки деятельности тренера на этапах многолетней подготовки:

- а) спортивно-оздоровительный:
 - расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности занимающихся;
 - уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладение теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля;
- б) начальной подготовки:
 - сохранение стабильности состава занимающихся;
 - динамика роста индивидуальных показателей физического развития и подготовленности занимающихся;
 - уровень освоения основ техники занимающимися в избранном виде спорта.
- в) учебно-тренировочный:

- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности занимающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
- уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок занимающимися, предусмотренных образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- выполнение нормативов спортивной классификации занимающимися для зачисления на этап спортивного совершенствования;

Планирование процесса подготовки

Тренировочный процесс подлежит ежегодному планированию в соответствии со следующими сроками:

- Ежемесячное планирование (не позднее чем за месяц до планируемого срока проведения), инструкторская и судейская практика, а также методико-восстановительные и другие мероприятия
- Ежеквартальное планирование позволяет спланировать работу по проведению индивидуальных тренировочных занятий, самостоятельную работу обучающихся по индивидуальным планам, тренировочные сборы, участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях
- Ежегодное планирование позволяет составить план проведения групповых и индивидуальных тренировочных занятий и промежуточной (итоговой) аттестации занимающихся
- Перспективное планирование (4 года), позволяющее определить этапы реализации образовательной программы или программы спортивной подготовки

Учебный план подготовки спортсмена отражает: цели обучения, категорию занимающегося, продолжительность обучения, режим тренировочных занятий, перечень разделов и дисциплин вида спорта, количество (академических) часов по разделам и дисциплинам.

Учебная программа предусматривает: введение, перечень тем, реферативное описание тем или разделов, наименование видов занятий по теме, методические рекомендации по реализации учебной программы, список учебно-методических материалов и пособий.

Учебный календарно-тематический план и программа должны составляться с учетом исходного уровня подготовки спортсмена и подготовленности тренера-преподавателя. Программа охватывает комплекс параметров подготовки и предусматривает последовательность и непрерывность многолетнего процесса подготовки и преемственность в решении задач укрепления здоровья, воспитания стойких интересов к занятиям, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов. В программе следует предусмотреть раскрытие содержания учебно-тренировочного и воспитательного процесса, планы по разделам подготовки, учебный материал по видам подготовки, систему приема контрольных нормативов и способы их оценки, календарный план соревнований на каждый этап подготовки.

Эффективность процесса подготовки предпочтительно оценивать по показателям: уровня здоровья и физического развития; уровня подготовленности (физической, технической, тактической, специальной, психической); по достигнутым спортивным результатам; положительным изменениям физического состояния спортсмена, критериям.

Одним из важнейших вопросов планирования учебно-тренировочного процесса является распределение программного материала по периодам и этапам годового цикла, а также детализация его по недельным циклам как основным структурным блокам планирования.

Учебная программа подготовки спортсмена содержит: календарь соревнований (главных, основных, отборочных, контрольных); учебно-тренировочные сборы; структуру годичного тренировочного цикла.

Нормативная часть программы включает: приемные и переводные нормативы (тесты), соотношение средств ОФП, СФП, СТП, ТТП подготовки и показатели соревновательной нагрузки. С учетом календарного плана соревнований следует регламентировать объем специализированных тренировочных нагрузок, соревнований и время на восстановление.

По мере подготовленности спортсмена повышается удельный вес спортивно-технической, специальной физической и специальной технической подготовки. При этом постепенно

уменьшается, а затем стабилизируется объем нагрузок, направленных на общефизическую подготовку.

Принцип комплексности предусматривает взаимосвязь всех сторон тренировочного процесса и уровня подготовленности: физической, технико-тактической, психологической, теоретической подготовки, воспитательной работы, педагогического и врачебного контроля, восстановительных мероприятий.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по годам обучения и соответствия его с требованиями высшего спортивного мастерства. Обеспечение в учебно-тренировочном процессе преемственности задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, роста показателей физической, технико-тактической подготовленности и спортивных результатов.

Преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса определяется с учетом сенситивных периодов развития физических качеств.

Основные задачи и содержание процесса многолетней подготовки.

Спортивно-оздоровительная группа: стабильное развитие общей физической подготовки.

Начальная подготовка: изучение и определение пригодности к занятиям видом спорта, всесторонняя физическая подготовка, обучение основам вида спорта, воспитание устойчивого интереса к тренировочным занятиям.

Учебно-тренировочный этап: общая физическая, специальная физическая подготовка, развитие физических качеств, приобретение навыка техники исполнения, воспитание морально-волевых качеств, привитие гигиенических навыков.

Условия зачисления в учреждение, переводы занимающихся на последующий год обучения, этапы многолетней спортивной подготовки.

На этап начальной подготовки 1-го года обучения принимаются лица, желающие заниматься спортом, при выполнении ими контрольных нормативов по общефизической и специальной подготовке и не имеющие медицинских противопоказаний в установленном для вида спорта минимальном возрасте.

На этап начальной подготовки 2-го года обучения принимаются лица, желающие заниматься спортом, прошедшие не менее одного года необходимую подготовку, при выполнении ими контрольных нормативов по общефизической и специальной подготовке и не имеющие медицинских противопоказаний.

На учебно-тренировочный этап подготовки зачисляются на конкурсной основе только здоровые и практически здоровые спортсмены, прошедшие не менее одного года необходимую подготовку, при выполнении ими требований по общефизической и специальной подготовке.