

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом МБУДО СШ
«Факел» г. Челябинска
Протокол № 2 от «27» апреля 2023 года



УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУДО СШ «Факел» г. Челябинска
/В.О. Хупавко/
от «28» апреля 2023 года

ПОЛОЖЕНИЕ

о порядке организации индивидуальной самостоятельной работы обучающихся в рамках реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в МБУДО СШ «Факел» г. Челябинска

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение – локальный нормативный акт Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Факел» города Челябинска (далее – Учреждение, Положение), регламентирующий особенности организации учебно-тренировочного процесса по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта в Учреждение.

1.2. Положение разработано в соответствии с:

- федеральными стандартами спортивной подготовки по культивируемым в Учреждении видам спорта, утверждёнными приказами Министерства спорта Российской Федерации;
- дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым в Учреждении видам спорта, утверждёнными приказом директора школы.

1.3. Настоящее Положение разработано с целью обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса на периоды:

- активного летнего отдыха;
- продолжительных выходных или праздничных дней;
- больничного листа тренера-преподавателя, его отпуска;
- ограничительных мероприятий (карантин и т.п.);
- обстоятельств непреодолимой силы.

1.4. Настоящее положение используется в отношении всех обучающихся Учреждения в части регламентации их индивидуальной самостоятельной работы.

1.5. Индивидуальная самостоятельная работа обучающегося является важнейшей составляющей учебно-тренировочного процесса и позволяет формировать знания, умения и навыки воспитанника в рамках дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта с учётом ФССП избранного вида спорта, развивать интерес к самостоятельной творческой работе, а также направлять свои способности на решение поставленных спортивных задач.

1.6. В настоящем Положении используются следующие понятия:

- *индивидуальная самостоятельная работа обучающегося* – это деятельность в учебно-тренировочном процессе, выполняемая по заданию тренера-преподавателя по разработанному им плану выполнения домашнего задания под его руководством и контролем, как без его непосредственного участия, так и с его участием;
- *учебно-тренировочный план*, обеспечивающий освоение дополнительных образовательных программ Учреждения на основе индивидуализации её содержания с учётом особенностей и двигательных потребностей конкретного обучающегося и/или учебно-тренировочной группы.

2. Цели и задачи индивидуальной самостоятельной работы обучающихся

2.1. Цель индивидуальной самостоятельной работы:

- соблюдение принципа непрерывности учебно-тренировочного процесса по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта в домашних условиях и/или на базе спортивных объектов на основании плана самостоятельных занятий, разработанного тренером-преподавателем;
- привитие обучающимся школы навыков самообразовательной работы по планированию, усвоению, закреплению, контролю и оценке полученных знаний, умений и навыков.

2.2. Задачи самостоятельной работы:

- способствовать реализации требований образовательных программ в части, относящейся к знаниям, умениям, совершенствованию навыков в спортивной подготовке;
- способствовать освоению в полном объёме обучающимися спортивной школы дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта;
- поддерживать физическую форму обучающихся;
- создать условия для удовлетворения индивидуальных потребностей обучающихся, построения содержания занятия с учётом их индивидуального развития;
- формировать навыки индивидуальной самостоятельной работы, способностей к самоподготовке, саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации, ответственности и организованности.

3. Организация индивидуальной самостоятельной работы обучающихся

3.1. Индивидуальная самостоятельная работа обучающихся в Учреждение организуется в течение учебно-тренировочного года (сезона) в пределах часов годового учебно-тренировочного плана.

3.2. Учебно-тренировочные занятия по видам спорта в форме индивидуальной самостоятельной работы проводятся в соответствии с этапом и периодом спортивной подготовки и расписания занятий.

3.3. Режим учебно-тренировочной работы основывается на нормативах максимальных объёмов учебно-тренировочных нагрузок с учётом требований ФССП по видам спорта, с постепенным их увеличением. При составлении плана самостоятельной работы (приложение к настоящему положению), тренер-преподаватель рассчитывает продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах, которая не должна превышать:

- этап начальной подготовки – 2-х часов;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 3-х часов;
- этап совершенствования спортивного мастерства – 4-х часов;
- этап высшего спортивного мастерства – 4-х часов, при проведении двух учебно-тренировочных занятий в день суммарная продолжительность не должна превышать – более 8 часов.

Величина учебно-тренировочной нагрузки должна совпадать с адаптивными возможностями организма в каждый возрастной период.

Учреждение, исходя из установленных объёмов максимальной учебно-тренировочной нагрузки, самостоятельно определяет:

- объём индивидуальной самостоятельной работы обучающихся;
- объём по основным видам спортивной подготовки избранного вида спорта;
- объём по дисциплинам избранного вида спорта;
- объём выполнения определённых видов упражнений, заданий, мероприятий и т.п.

3.4. Объём учебно-тренировочного времени индивидуальной самостоятельной работы формируется тренером-преподавателем в соответствии с целями и задачами в рамках реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта, этапом и периодом спортивной подготовки, а также психовозрастными особенностями обучающихся с учётом соблюдения охраны труда.

3.5. Участниками процесса индивидуальной самостоятельной работы являются:

- обучающиеся;
- родители (законные представители обучающегося);
- тренеры-преподаватели по видам спорта.

3.6. Тренер-преподаватель в соответствии с утверждённой нагрузкой на учебно-тренировочный год и расписанием учебно-тренировочных занятий в течение текущего года:

- разрабатывает содержание планов индивидуальной самостоятельной работы, перечень и правила безопасного использования спортивного оборудования, и другие способы, которые обучающиеся должны использовать в ходе реализации соответствующего плана, систему контроля качества выполненной индивидуальной самостоятельной работы;
- доводит до сведения обучающихся и их родителей (законных представителей) информацию о необходимости самостоятельной работы согласно заданиям по разделам учебно-тренировочных планов;
- знакомит обучающихся с методикой, критериями оценки качества выполняемой самостоятельной работы, с целями, средствами, трудоёмкостью, сроками выполнения, формами контроля;
- формирует у обучающихся навыки самостоятельной работы с информационно-методическими первоисточниками, спортивным оборудованием;
- осуществляет групповые и индивидуальные консультации по методике самостоятельной работы;

- осуществляет оценку достижений обучающихся в ходе реализации планов индивидуальной самостоятельной работы.

3.7. Содержание и формы индивидуальной самостоятельной работы обучающихся заключаются в выполнении индивидуального плана заданий, по основным средствам подготовки:

- совершенствование общей и специальной физической подготовки;
- овладение и совершенствование технической подготовки;
- овладение тактической, теоретической и психологической подготовкой;
- овладение и совершенствование инструкторской и судейской практикой (теоретические основы);
- выполнение учебно-тренировочного занятия по видеозаписи;
- организация совместных мероприятий с другими образовательными учреждениями (зрелищных, массовых и т.п.);
- организация посещений занимающимися официальных соревнований, в том числе межрегиональных, всероссийских и международных, проводимых на территории муниципального образования – город Челябинск;
- освоение и совершенствование упражнений спортивно-оздоровительного характера;
- выполнение мероприятий и заданий восстановительного характера;
- другие средства подготовки.

3.8. В план индивидуальной самостоятельной работы может включаться воспитательная работа по направлениям:

- пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда и антидопингового поведения;
- профилактика и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их аналогов и других одурманивающих веществ;
- воспитание на примере выдающихся спортсменов, выпускников школы, повышение уровня информированности об истории развития избранного вида спорта;
- патриотическое воспитание, участие в социально значимых акциях, в т.ч. с привлечением родителей (законных представителей обучающегося);
- иные направления работы.

3.9. Виды заданий для индивидуальной самостоятельной работы, их содержание и характер могут иметь вариативный и дифференцированный характер, учитывать специфику вида спорта, изучаемой дисциплины, индивидуальные особенности обучающихся.

4. Обязанности обучающихся

4.1 Добросовестно и ответственно выполнять учебно-тренировочный план индивидуальной самостоятельной работы, выполнять задания и рекомендации тренера-преподавателя.

4.2. Выполнять в полном объеме предложенный тренером-преподавателем план индивидуальной самостоятельной работы.

4.3. Представить отчет (результаты) тренеру-преподавателю о выполнении плана индивидуальной самостоятельной работы.

5. Контроль результатов выполнения индивидуальной самостоятельной работы

5.1. Контроль результатов индивидуальной самостоятельной работы обучающихся может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

5.2. Для контроля индивидуальной самостоятельной работы обучающихся тренером-преподавателем могут быть использованы разнообразные формы, методы и технологии контроля.

Формы: тестирование, самоотчет обучающегося и др.;

Методы контроля: собеседование, текущий контроль, семинар, беседа;

Технологии контроля: самооценка тренера-преподавателя и обучающегося.

5.3. Критериями оценки результатов индивидуальной самостоятельной работы обучающихся являются:

- уровень освоения учебно-тренировочного материала;
- уровень умения использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- уровень сформированности знаний, умений и навыков в избранном виде спорта и его дисциплинах;
- уровень физической подготовленности;
- прохождение спортивной подготовки на этапе спортивной подготовки и зачисление на следующий этап, период спортивной подготовки по избранному виду спорта;

о - уровень выполнения требований ФССП на этапе по соответствующему виду спорта по результатам реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Результаты контроля индивидуальной самостоятельной работы обучающихся могут учитываться при осуществлении промежуточного контроля по виду спорта и его дисциплинам.

6. Заключительные положения

6.1. Положение рассматривается на педагогическом совете и утверждается приказом директора школы.

6.2. Настоящее положение вступает в силу после его утверждения приказом директора Учреждения и действует до его замены новым.

6.3. При изменении нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность Учреждения, в Положение вносятся изменения в соответствии с установленным законом порядком.

6.4. По мере необходимости в настоящее Положение могут быть внесены изменения и/или дополнения.

6.5. После принятия Положения в новой редакции (изменений и/или дополнений в настоящее Положение) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Приложение

к Положению о порядке организации индивидуальной работы обучающихся в рамках реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, утверждённым приказом МБУДО СШ «Факел» г. Челябинска от «28» апреля 2023 года № ____

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора МБУДО СШ «Факел» г. Челябинска
_____/А.Ф. Малкова/

План
индивидуальной самостоятельной работы обучающихся
на период: с «__» по «__» 20__ года

Дата проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание

Тренер-преподаватель: _____ / _____ /
подпись / расшифровка подписи