

Муниципальное бюджетное учреждение муниципального образования «Город Архангельск»
«Специализированная спортивная школа олимпийского резерва
имени Соколова Льва Константиновича»
(МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.)

Принято на заседании Тренерского совета
МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.
Протокол № 2
от «30» сентября 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.
А.А.Пуминов
«30» сентября 2019 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

Об организации и проведении тренировочных сборов для лиц, проходящих спортивную подготовку в муниципальном бюджетном учреждении муниципального образования «Город Архангельск» «Специализированная спортивная школа имени Соколова Льва Константиновича» (МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.)

1. Общие положения

1.1 Настоящее Положение «Об организации и проведении тренировочных сборов для лиц, проходящих спортивную подготовку (далее – Положение) в муниципальном бюджетном учреждении муниципального образования «Город Архангельск» «Специализированная спортивная школа имени Соколова Льва Константиновича» (далее - МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.10.2015 г. № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» (зарегистрировано в Минюсте России 05.04.2016 № 41679);
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта;
- Областным законом от 19.10.2006 № 250-внеоч.-ОЗ «О физической культуре и спорте в Архангельской области»;
- Постановления Правительства Архангельской области от 12.11.2019 №615-рп «Об утверждении общих принципов и критериев формирования списков кандидатов в спортивные сборные команды Архангельской области и порядка утверждения этих списков»;
- Уставом МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.

1.2 Положение разработано с целью регламентации организации и проведения тренировочных сборов для лиц, проходящих спортивную подготовку в МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.

1.3 Настоящее Положение является обязательным для тренеров, специалистов в области физической культуры и спорта, участвующих в организации и проведении тренировочных сборов.

2. Цели и задачи проведения тренировочных сборов

2.1 **Тренировочный сбор** – это система организации тренеров и спортсменов в целях совместного решения соревновательных и оздоровительных задач.

2.2 Основными задачами тренировочных сборов являются:

- организация оптимального режима тренировочных занятий и восстановительных мероприятий, направленных на повышение работоспособности спортсменов;
- организация быта и отдыха лиц, проходящих спортивную подготовку;
- формирование положительных взаимоотношений между спортсменами.

2.3 Тренировочные сборы по своему назначению подразделяются на подготовительные и предсоревновательные.

2.4 Подготовительные тренировочные сборы проводятся для достижения следующих целей:

Спортивные:

- подготовки к участию спортсменов в международных, всероссийских, межрегиональных, областных и городских соревнованиях;
- повышения спортивного мастерства лиц, проходящих спортивную подготовку.

Оздоровительные:

- проведения комплекса восстановительных мероприятий в периоды максимальных нагрузок;
- всестороннего укрепления и охраны здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

2.5 Предсоревновательные сборы проводятся с целью подготовки команды к участию в соревнованиях.

2.6 В ходе предсоревновательных тренировочных сборов решается ряд задач:

- приобретение спортсменами состояния высшей спортивной формы;
- доведение технико-тактических показателей каждого спортсмена до планируемого уровня;
- окончательное определение состава команды.

3. Сроки и место проведения тренировочных сборов

3.1 Тренировочные сборы проводятся с учетом Единого календарного плана международных, всероссийских, межрегиональных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Министерства спорта Российской Федерации, Календарного плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Архангельской области, Календарного плана Управления по физической культуре и спорта Администрации муниципального образования «Город Архангельск», Календарного плана мероприятий МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.

4. Организация и проведение тренировочных сборов

4.1 С целью качественной подготовки спортсменов и повышения их спортивного мастерства, а также успешного выступления на соревнованиях различного ранга, организуются тренировочные сборы.

4.2 Непосредственное проведение тренировочных сборов возлагается на Учреждение, по приказу которого спортсмен участвует в тренировочном сборе.

4.3 Направленность, содержание и продолжительность тренировочных сборов определяются в зависимости от уровня подготовленности спортсменов, задач и масштабов предстоящих соревнований в соответствии с классификацией сборов (приложение № 1-2).

4.4 На период проведения тренировочного сбора тренер может привлекать тренерский состав и других специалистов. При участии двух и более тренеров может назначаться начальник тренировочного сбора и его заместители, либо возлагаться их функции на одного из тренеров.

4.5 При планировании тренировочного сбора тренер обязан утвердить смету расходов на проведение тренировочных сборов в соответствии с нормами и нормативами, предусмотренные законодательством РФ и локальными нормативными актами Учреждения.

4.6 При проведении тренировочных сборов тренерам, осуществляющим спортивную подготовку необходимо:

- Утвердить персональные списки занимающихся, студентов, спортсменов и других участников тренировочных сборов (приложение № 3);

- Представить на утверждение:

- а) план-график или расписание теоретических и практических занятий с указанием количества тренировочных занятий в день, их продолжительности, объема тренировочных нагрузок с указанием конкретного содержания программы спортивной подготовки на весь период тренировочных сборов;

- б) смету на проведение тренировочных сборов в соответствии с нормами расходов средств, действующими в Учреждении;

- в) график дежурства по тренировочным сборам

4.7 План-график тренировочного сбора может включать:

- наименование теоретических и практических занятий (индивидуальные планы подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку);

- планы работы по научному сопровождению спортивной подготовки;

- план работы по медицинскому обеспечению и мероприятиям по соблюдению требований безопасности занятий;

- план культурно-массовой работы со спортсменами;

- иные мероприятия, проводимые совместно со спортсменами в период проведения тренировочного сбора

4.8 Теоретическая подготовка спортсменов предусматривает:

- ознакомление участников с планом подготовки сбора, его целями и средствами их достижения;

- сильными и слабыми сторонами вероятных соперников;

- систематический анализ каждого тренировочного дня; повышение знаний по самоконтролю за состоянием спортивной формы

4.9 Психологическая подготовка на сборах включает овладение навыками психологической подготовки к соревнованиям, самовнушения с настройкой на победу, умения объективно оценивать способности и подготовленность соперника. План подготовки спортсменов должен предусматривать совершенствование психологической устойчивости в преодолении соревновательных трудностей, концентрацию внимания и т.д.

4.10 Основным условием повышения тренированности и роста спортивных результатов является повышение объема и интенсивности тренировочных нагрузок и выполнение упражнений, способствующих восстановлению организма.

4.11 При проведении тренировочного сбора необходимо вести учет:

- распорядка дня спортсменов;

- проведения и посещения тренировочных занятий (журнал);

- рассмотреть и утвердить планы теоретических и практических занятий, культурно-массовой работы, индивидуальные планы подготовки спортсменов, дневники самоконтроля, медицинского обеспечения и мероприятий по соблюдению требований безопасности на тренировочных занятиях;

- иные планы работы;

4.12 Тренеры обязаны уделять внимание:

а) качеству проведения тренировочного процесса;

б) совершенствованию технического и тактического мастерства спортсменов;

в) организации воспитательной работы, соблюдению дисциплины среди участников сбора, сохранности имущества;

г) проведению мероприятий по предотвращению допинга в спорте и борьбы с ним;

д) назначать при необходимости начальника тренировочного сбора и его заместителя;

е) не допущению расходования денежных средств сверх объема выделенных ассигнований, обеспечивая при этом строжайшую экономию в расходовании денежных и материальных средств

4.13 Тренер, организующий тренировочный сбор (начальник), осуществляет контроль за проведением тренировочных сборов, рациональным расходованием выделенных средств и следит за безопасностью спортсменов.

4.14 По окончании тренировочного сбора документы, на основании которых проводился сбор, представляются в течение 3 рабочих дней и хранятся в установленном порядке в спортивном отделе до 3 лет.

5. Условия допуска лиц, проходящих спортивную подготовку к участию в тренировочных сборах

5.1 К тренировочным сборам допускаются лица, проходящие спортивную подготовку в МБУ ССШОР им. Соколова Л.К.

5.2. Количество (состав) участников тренировочных сборов определяется правилами вида спорта.

5.3. Каждый участник тренировочных сборов должен иметь при себе:

а) паспорт гражданина Российской Федерации;

б) полис обязательного медицинского страхования;

в) иные документы в зависимости от места и условий проведения тренировочного сбора

6. Срок подачи заявки

6.1 Тренер (начальник тренировочных сборов) должен предоставить заявку, с указанием личных данных и визой врача о допуске к участию в тренировочных сборах за месяц до наступления тренировочных сборов.

7. Контроль и меры воздействия

7.1 Контроль и ответственность за соблюдение требований настоящего Положения, техники безопасности и охраны труда при организации и проведении тренировочных сборов возлагается на тренера, являющегося начальником тренировочных сборов.

7.2 Участие в тренировочных сборах является обязательным для спортсмена, вошедшего в списочный состав участников тренировочных сборов

Перечень тренировочных сборов
по виду спорта гребля на байдарках и каноэ
(приложение №10 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду
спорта гребля на байдарках и каноэ)

N п/п	Вид тренировочных сборов	Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)				Оптимальное число участников сбора
		Этап высшего спортивного мастерства	Этап совершенствования спортивного мастерства	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап начальной подготовки	
1. Тренировочные сборы по подготовке к соревнованиям						
1.1.	Тренировочные сборы по подготовке к международным соревнованиям	21	21	18	-	Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
1.2.	Тренировочные сборы по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	21	18	14	-	
1.3.	Тренировочные сборы по подготовке к другим всероссийским соревнованиям	18	18	14	-	
1.4.	Тренировочные сборы по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации	14	14	14	-	

2. Специальные тренировочные сборы

2.1.	Тренировочные сборы по общей или специальной физической подготовке	18	18	14	-	Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.2.	Восстановительные тренировочные сборы	До 14 дней			-	Участники соревнований
2.3.	Тренировочные сборы для комплексного медицинского обследования	До 5 дней, но не более 2 раз в год			-	В соответствии с планом комплексного медицинского обследования
2.4.	Тренировочные сборы в каникулярный период	-	-	До 21 дня подряд и не более двух сборов в год		Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.5.	Просмотровые тренировочные сборы для кандидатов на зачисление в образовательные учреждения среднего профессионального образования, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта	-	До 60 дней		-	В соответствии с правилами приема

Перечень тренировочных сборов
по виду спорта гребной слалом
(приложение №10 к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду
спорта гребной слалом)

N п/п	Вид тренировочных сборов	Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)				Оптимальное число участников сбора
		Этап высшего спортивного мастерства	Этап совершенствования спортивного мастерства	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап начальной подготовки	
1. Тренировочные сборы						
1.1.	По подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	18	21	21	Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
1.2.	По подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	-	14	18	21	
1.3.	По подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18	
1.4.	По подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14	

2. Специальные тренировочные сборы

2.1.	По общей физической или специальной физической подготовке	-	14	18	18	Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку
2.2.	Восстановительные	-	До 14 дней			Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
2.3.	Для комплексного медицинского обследования	-	До 5 дней но не более 2 раз в год			В соответствии с планом комплексного медицинского обследования
2.4.	В каникулярный период	До 21 дня подряд и не более 2 раз в год		-	-	Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку
2.5.	Просмотровые (для зачисления в профессиональные образовательные организации, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта)	-	До 60 дней			В соответствии с правилами приема в образовательную организацию, осуществляющую деятельность в области физической культуры и спорта

Заявка на участие в тренировочных сборах

с «__» _____ по «__» _____ 20__ года

№ п/п	ФИО	Дата рождения	Разряд (звание)	Тренер	Допуск врача

Итого: допущено _____ человек.