

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ КК «ЦОП гребного спорта»

Чермашенцев А.В.

2018 г.



ПРОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ
«ЦЕНТР ОЛИМПИЙСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГРЕБНОГО СПОРТА»**

г. Краснодар

2018 год

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края «Центр олимпийской подготовки гребного спорта» (далее по тексту ЦОП), осуществляет программу спортивной подготовки в соответствии с Уставом и программой спортивной подготовки.

ЦОП в своей деятельности руководствуется Законом Российской Федерации «Об образовании», «О физической культуре и спорте», Гражданским кодексом Российской Федерации, Трудовым кодексом Российской Федерации, Постановлениями № 1152 от 17.11.2008г. «О введении отраслевых систем оплаты труда работников государственных учреждений Краснодарского края», № 133 от 22.03.2016г. «О введении отраслевой системы оплаты труда работников государственных учреждений физической культуры и спорта Краснодарского края» и другими нормативными и локальными актами по вопросам образования, физической культуры и спорта, издаваемыми государственными органами управления в пределах их компетенции.

В ЦОП культивируется гребной спорт, включённый в государственную программу физического воспитания населения.

ЦОП комплектуется из числа спортсменов входящих в состав сборной команды Краснодарского края и имеющих взрослый спортивный разряд, не имеющих медицинских противопоказаний, и организует работу с постоянным составом занимающихся в течение года.

ЦОП способствует развитию физической культуры и спорта, осуществлению спортивной подготовки на территории Российской Федерации, подготовке спортивного резерва для спортивных сборных команд Краснодарского края и России.

Задачами ЦОП является самосовершенствование, формирование здорового образа жизни, профессиональное самоопределение, развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижение высокого уровня спортивных результатов.

2. НАПРАВЛЕННОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

2.1. Тренировочный процесс ориентирован на развитие мотивации личности к всестороннему удовлетворению физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей и включает в себя несколько этапов подготовки:

- тренировочный (Т) - 5 лет;
- совершенствования спортивного мастерства (ССМ) – без ограничения;
- высшего спортивного мастерства (ВСМ) – без ограничения.

Основными задачами ЦОП на этапах многолетней подготовки являются:

Развитие массового спорта

На тренировочном этапе:

-обеспечение разносторонней физической подготовленности гребцов на основе планомерного увеличения объема тренировочных нагрузок и подбора средств и методов тренировки, позволяющих осуществить эту подготовку целенаправленно, с учетом специфики гребного спорта:

-развитие общей выносливости, ловкости, гибкости, воспитание силовой выносливости, ловкости, гибкости, воспитание силовой выносливости, освоение и совершенствование техники академической гребли, приобретение тактического опыта;

-знакомство с правилами гребли;

-приобретение соревновательного опыта, участие в соревнованиях различного уровня:

-формирование интереса к целенаправленной многолетней спортивной подготовке, начало интеллектуальной, психологической и тактической подготовки;

-воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;

-профилактика вредных привычек и правонарушений.

Развитие спорта высших достижений

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

-повышение общего функционального уровня, завершение базовой подготовки спортсменов, создание предпосылок для последующего достижения высоких результатов;

-постепенная подготовка организма спортсменов к максимальным нагрузкам, характерным для этапа совершенствования спортивного мастерства;

-развитие общей и силовой подготовки, абсолютной силы, специальной выносливости, совершенствование технического и тактического мастерства, стойкость к сбивающим факторам, освоение возрастающих объемов тренировочных нагрузок и доведение их до величин, характерных для периода достижения высших спортивных результатов;

-дальнейшее совершенствование технической и тактической подготовленности;

-формирование мотивации на перенесение больших тренировочных нагрузок и целевой установки на спортивное совершенствование;

-достижение стабильных спортивных результатов, позволяющих войти в состав сборной команды России.

На этапе высшего спортивного мастерства:

-привлечение к специализированной спортивной подготовке оптимального числа перспективных спортсменов для достижения ими высоких стабильных результатов, позволяющих войти в состав сборной команды России;

-освоение нагрузок, характерных для современного спорта высших достижений;

-подготовка из числа занимающихся мастеров спорта, мастеров спорта международного класса, заслуженных мастеров спорта, кандидатов и членов в сборную команду России;

-совершенствование специальных физических качеств и поддержания высокого уровня функциональной подготовленности и спортивной мотивации;

-индивидуализация силовой, технико-тактической, психической и морально-волевой подготовленности;

-интенсификация тренировочных нагрузок при сравнительно небольшом увеличении их объемов, изменение соотношения средств общей и специальной физической подготовки в пользу последней, доведение до совершенства технического и тактического мастерства, поддержание высокого уровня соревновательной готовности;

-успешное выступление в главных соревнованиях.

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

3. ОРГАНИЗАЦИЯ И СОДЕРЖАНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА. ПОРЯДОК КОМПЛЕКТОВАНИЯ ГРУПП.

3.1. Тренировочный год ЦОП начинается с 1 января.

3.2. Обучение в ЦОП осуществляется на русском языке.

3.3. Тренировочный процесс в ЦОП проводится по программам, разрабатываемых и утверждаемых учреждением на основе федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта гребной спорт.

3.4. Тренировочный процесс осуществляется на основе современной методики тренировки с применением средств обучения и восстановительных мероприятий, строится на базе освоения тренировочных и соревновательных нагрузок, реальной организации режима дня, учебы, производственной деятельности.

Тренировочные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 52 недели тренировочных занятий.

3.5. Основными формами тренировочного процесса являются:

-групповые тренировочные и теоретические занятия;

-занятия по индивидуальным планам, заданиям;

-участие в соревнованиях различного уровня, тренировочных сборах;

-инструкторская и судейская практика;

-пребывание в спортивно-оздоровительных лагерях;

-осуществление восстановительных, оздоровительных и профилактических мероприятий;

-медико-биологическое обследование, профилактические мероприятия;

-тестирование.

3.6. Порядок зачисления в группы спортивной подготовки, перевод из одной группы в другую определяется учреждением в соответствии с правилами приёма и положением о внутреннем переводе. ЦОП комплектуется из числа спортсменов членов сборных команд Краснодарского края и России, не имеющих медицинских противопоказаний. Прием и

зачисление спортсменов в ЦОП оформляются приказом на основании конкурсных испытаний, заявления спортсмена или родителей (законных представителей) и допуска врача.

Прием поступающих осуществляется на основании результатов индивидуального отбора, который заключается в выявлении у поступающих физических, психологических способностей и (или) двигательных умений, необходимых для освоения программы спортивной подготовки гребного спорта.

Для проведения индивидуального отбора ЦОП гребного спорта проводит тестирование, которое включает в себя сдачу нормативов по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления на соответствующие годы этапов спортивной подготовки гребного спорта, а также, при необходимости, предварительные просмотры, анкетирование и консультации в порядке, установленном её локальными нормативными актами.

Тренировочный этап формируются на конкурсной основе из здоровых и практически здоровых спортсменов попавших в состав сборной команды Краснодарского края, проявивших способности к занятиям гребным спортом, прошедших необходимую подготовку и выполнивших контрольные нормативы по общефизической и специальной подготовке. Продолжительность этапа - 5 лет. Перевод по годам подготовки на этом этапе осуществляется при условии выполнения занимающимися нормативов по общей физической и специальной подготовке соответствующего этапа подготовки с учётом спортивной подготовленности.

Этап совершенствования спортивного мастерства формируются из спортсменов, успешно прошедших тренировочные этапы подготовки и выполнивших спортивный разряд кандидата в мастера спорта.

Продолжительность не ограничивается, если результаты спортсмена стабильны и соответствуют требованиям этапа совершенствования спортивного мастерства. На данном и последующих этапах, подготовка спортсменов идет на основании индивидуальных планов.

Этап высшего спортивного мастерства формируется из числа перспективных спортсменов, успешно прошедших предыдущие этапы, выполнивших норматив мастера спорта и являющихся кандидатами в состав сборных команд России.

Продолжительность этапа не ограничивается, если результаты спортсмена стабильны и соответствуют требованиям этапа высшего спортивного мастерства.

Спортсмены, выполнившие нормативные требования для определённого года обучения, достигнув установленного возраста, могут быть переведены досрочно на этап соответствующего года обучения при наличии допуска врача, ходатайства тренера и на основании решения тренерского совета.

Спортсмены, не выполнившие предъявляемые требования для перевода на очередной год этапа подготовки по объективным причинам (болезнь, травма, и др.) предоставляется возможность один раз за весь

период обучения продолжить обучение повторно на том же этапе подготовки по ходатайству тренера.

Спортсмены могут быть отчислены за нарушение Правил внутреннего трудового распорядка ЦОП: регулярные пропуски занятий, нарушение спортивного режима, невыполнение индивидуальных планов подготовки и т.д.

При объединении спортсменов разных по возрасту и спортивной подготовленности, тренеру разрешается объединять спортсменов, если разница в уровнях их спортивного мастерства не превышает двух спортивных разрядов, с учетом правил техники безопасности и методики обучения на тренировочных занятиях.

При комплектовании спортсменов в группу разных по возрасту, как правило, разница не должна превышать три года (допускается до 20% учащихся с разницей в возрасте четыре года).

4. РЕЖИМ ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ

4.1. Недельный и годовой режимы осуществления тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по годам обучения утверждаются приказом директора.

Рабочее время тренеров определяется в астрономических часах.

Продолжительность нормируемой части определяется в астрономических часах и включает проводимые тренировочные занятия (академические часы) и 15 мин. отведенные на проведение работы не связанной с проведением тренировочного процесса и отдых.

Время, отведенное на проведение воспитательной и педагогической работы может суммироваться и расходоваться в соответствии с планом воспитательной и педагогической работы, правилами внутреннего трудового распорядка, должностными обязанностями тренеров и коллективным договором.

4.2. Расписание тренировочных занятий составляется и утверждается администрацией ЦОП, по представлению тренеров, в соответствии с нормами СанПиНа, учетом возрастных особенностей занимающихся, времени обучения их в других образовательных учреждениях.

Продолжительность занятий определяется программой спортивной подготовки гребного спорта в соответствии с возрастными и психолого-педагогическими особенностями спортсменов, нормами СанПиНа и исчисляется в академических часах.

4.3. Продолжительность одного занятия не должно превышать в тренировочных группах – 3-х академических часов; в группах совершенствования спортивного и высшего спортивного мастерства – 4-х академических часов; при двухразовых тренировочных занятиях в день-3-х академических часов. Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.1251-03

После 45 минут занятий необходимо устраивать перерыв, длительностью не менее 10-15 минут, для отдыха и проветривания помещений (Постановление Главного санитарного врача РФ от 03 апреля 2003 года № 27 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.1251-03»).

Во время каникул и по окончании учебного года в общеобразовательных или других учебных заведениях количество занимающихся может составлять 50% от имеющегося списочного состава при условии выполнения спортсменами плана на этот период по индивидуальному плану при этом заработная плата тренера сохраняется в полном объеме.

4.4. ЦОП организует и проводит внутренние соревнования, тренировочные сборы по культивируемому виду спорта согласно утвержденного календарного плана спортивно-массовых мероприятий или положений о соревнованиях.

Продолжительность тренировочного сбора – до 14 дней (при подготовке к соревнованиям муниципального и регионального уровня), до 21 дня (при подготовке к всероссийским и международным соревнованиям).

4.5. Врачебный контроль является неотъемлемой частью тренировочного процесса и осуществляется-начиная с тренировочного этапа подготовки осуществляется Центром медицинской профилактики департамента здравоохранения Краснодарского края (ЦМП).

Врачебный контроль спортсменов-членов сборных команд России ФМБА России.

4.6. Показателями освоения программ спортивной подготовки занимающимися являются:

-сдача контрольно-переводных нормативов по общей специальной подготовке. Результаты сдачи оцениваются по нормативам, утвержденным программой спортивной подготовки гребного спорта в соответствии с федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта гребной спорт;

-выполнение разрядных требований, установленных для каждого этапа спортивной подготовки избранного вида гребного спорта.

4.7. Наполняемость групп и объем тренировочной нагрузки, возраст обучающихся, максимальный объем тренировочной нагрузки определяется с учетом техники безопасности в соответствии с программой по виду спорта.

5. ОПЛАТА ТРУДА

Форма и система оплаты труда и установление надбавок и доплат работникам ЦОП регулируются непосредственно учреждением в соответствии с трудовым законодательством. Для расчета заработной платы работникам утверждают тарификационные списки по установленной форме.

Оплата труда работников государственных учреждений производится в соответствии с Постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края № 133 от 22 марта 2008 года «О введении отраслевой системы оплаты труда работников государственных учреждений физической культуры и спорта Краснодарского края» и другими нормативными и локальными актами по вопросам физической культуры и спорта, издаваемыми государственными органами управления в пределах их компетенции.

6. ПЕРЕЧЕНЬ ЛОКАЛЬНЫХ АКТОВ, РЕГЛАМЕНТИРУЮЩИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧРЕЖДЕНИЯ

1. Устав и учредительные документы.
2. Программа деятельности.
3. Коллективный договор.
4. Правила внутреннего трудового распорядка.
5. Положения тренерско-методическом совете, их планы и протоколы.
6. Положение об оплате труда работников.
7. Программа спортивной подготовки гребного спорта.
8. Правила приёма.
9. Приказы, регламентирующие деятельность.
8. Инструктивные документы по пожарной безопасности, технике безопасности, ГО, ЧС и антитеррора.

Принято на методическом совете
протокол № 1 от «12» 01 _____ 2018 г.