

КОМИТЕТ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ, ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ИВАНОВА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №2

Рассмотрено и принято на заседании педагогического совета,
протокол №1 от 01.09.2023 г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО СШ №2
М.Ю. Шаварина
« 01 » 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
об организации индивидуальной самостоятельной работы
обучающихся МБУ ДО СШ №2

1. Общие положения

Данное положение разработано с целью обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса на следующие периоды: активный летний отдых обучающихся, продолжительные выходные или праздничные дни.

Содержание индивидуальной самостоятельной работы обучающихся заключается в выполнении индивидуального задания, совершенствование общей и специальной физической (техничко-тактической) подготовки.

Объём учебно-тренировочного времени индивидуальной самостоятельной работы формируется тренером-преподавателем в соответствии с целями и задачами в рамках реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта: «спортивная гимнастика», «художественная гимнастика», «фехтование», этапом и периодом спортивной подготовки, а также психовозрастными особенностями обучающихся с учётом соблюдения техники безопасности.

Формами задания индивидуальной самостоятельной работы являются план самостоятельной работы, дневник самоконтроля спортсмена.

2. Условия реализации индивидуальной самостоятельной работы

Индивидуальная самостоятельная работа обучающихся реализуется как на базе спортивной школы, так и за её пределами.

2.1 Виды деятельности обучающихся по реализации самостоятельной работы в период занятий на базе спортивной школы:

- участие или посещение физкультурно-массовых мероприятий;
- посещение спортивных мероприятий;
- проведение под наблюдением тренера-преподавателя разминки;
- судейство на учебно-тренировочном занятии;

- освоение предметной области «теория и методика физической культуры и спорта»;
- изучение правил соревнований;
- изучение групп трудности по видам спорта (гимнастика художественная и спортивная);
- патриотическое воспитание, участие в социально значимых акциях, в том числе с привлечением родителей.

2.2. Виды деятельности обучающихся по реализации самостоятельной работы в период активного отдыха:

- выполнение уже освоенных (т.е. тех, по которым спортсмен имеет достаточный уровень подготовки по итогам текущего контроля) упражнений по заданным условиям;
- совершенствование полученных гигиенических знаний, умений и навыков по соблюдению режима дня, здорового образа жизни;
- закаливание организма, упражнения спортивно-оздоровительного характера;
- самоконтроль спортивной подготовки, в том числе на базе электронных обучающих и аттестующих тестов.

2.3. Место самостоятельной работы обучающихся и отработки упражнений по индивидуальному плану в рамках программы спортивной подготовки:

- самостоятельная работа в обязательном порядке осуществляется на этапе совершенствования спортивного мастерства;
- на тренировочных этапах самостоятельная работа осуществляется по решению тренерского совета в отношении наиболее мотивированных обучающихся, проявивших особые способности.

2.4. Самостоятельная работа организуется:

- для учебно-тренировочной группы в течение года в пределах часов, указанных в плане спортивной подготовки на 1 год;
- в рамках годового календарного графика за пределами тренировочного плана, 2-4 недели в течение активного отдыха обучающихся.

2.5. В план самостоятельной работы группы включается также работа по следующим направлениям:

- пропаганда и обучение навыкам здорового образа жизни;
- требования по охране труда и антидопингового поведения;
- повышение уровня информированности об истории развития избранного вида спорта;
- поддержание и развитие традиций школы (подготовка к выступлению на массовом мероприятии, а также любая другая помощь в проведении спортивных мероприятий).

2.6. Методическое и ресурсное обеспечение самостоятельной работы обучающихся и обучения по индивидуальному плану спортивной подготовки организует тренер-преподаватель.

2.7. Самостоятельная работа проверяется и оценивается тренером-преподавателем.