

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение о федеральных стандартах спортивной подготовки в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа №1» разработано в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (со ст. 17 ч. 4, 5);

- Федеральным законом Российской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

**-** Положением о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденным постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; № 30, ст. 4112).

1.2. В МБУ ДО ДЮСШ №1 устанавливаются федеральные стандарты спортивной подготовки, обязательные при разработке и реализации программ спортивной подготовки. (в ред. Федерального закона от 23.06.2014 № 170-ФЗ) по имеющимся видам спорта (баскетбол, велоспорт, пулевая стрельба, конный спорт)

1.3. Федеральные стандарты спортивной подготовки предназначены для обеспечения:

1) единства основных требований к спортивной подготовке на всей территории Российской Федерации;

2) планомерности осуществления спортивной подготовки на всей территории Российской Федерации;

3) подготовки спортсменов высокого класса для спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации.

1.4. Федеральные стандарты спортивной подготовки включают в себя:

1) требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки;

2) нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку, особенностей вида спорта (спортивных дисциплин);

3) требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки;

4) требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки;

5) особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам соответствующего вида спорта;

6) требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям.

1.5. МБУ ДО ДЮСШ №1 осуществляет спортивную подготовку, обеспечивает соблюдение федеральных стандартов спортивной подготовки, разрабатывает и реализует на основе данных стандартов программы спортивной подготовки по видам спорта (баскетбол, велоспорт, пулевая стрельба, конный спорт).

1.6. Федеральные стандарты спортивной подготовки являются обязательными при реализации программ спортивной подготовки МБУ ДО ДЮСШ №1. Указанные стандарты не применяются в отношении спортсменов, с которыми заключены трудовые договоры, а также общероссийскими спортивными федерациями в отношении членов спортивных сборных команд Российской Федерации по соответствующим видам спорта.

2. Федеральный стандарт по виду спорта «Конный спорт»

Требования к структуре и содержанию программ

спортивной подготовки, в том числе к освоению их

теоретических и практических разделов применительно

к каждому этапу спортивной подготовки

2.1. Дополнительные общеразвивающие и дополнительные предпрофессиональные программы спортивной подготовки по виду спорта «Конный спорт» (далее — Программы), реализуемые в МБУ ДО ДЮСШ №1, имеют следующую структуру и содержание:

- титульный лист;

- пояснительную записку;

- нормативную часть;

- методическую часть;

- систему контроля и зачетные требования;

- перечень информационного обеспечения;

- план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

2.2. На "Титульном листе" Программ указаны:

- наименование вида спорта;

- наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;

- название Программ;

- название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработаны Программы;

- срок реализации Программ;

- год составления Программ.

2.3. В "Пояснительной записке" Программ дана характеристика вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса, изложена структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

2.4. "Нормативная часть" Программ содержит:

- продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Конный спорт» (Приложение № 1 к настоящему ФССП);

- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Конный спорт» (Приложение № 2 к настоящему ФССП);

- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта «Конный спорт» (Приложение № 3 к настоящему ФССП);

- режимы тренировочной работы;

- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;

- предельные тренировочные нагрузки;

- минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;

- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

- требования к количественному и качественному составу групп подготовки;

- объем индивидуальной спортивной подготовки;

- структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

2.5. "Методическая часть" Программ содержит:

- рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований;

- рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;

- рекомендации по планированию спортивных результатов;

- требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;

- программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды подготовки;

- рекомендации по организации психологической подготовки;

- планы применения восстановительных средств;

- планы антидопинговых мероприятий;

- планы инструкторской и судейской практики.

2.6. "Система контроля и зачетные требования" Программ включают:

- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта «Конный спорт» (Приложение № 4 к настоящему ФССП);

- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки;

- виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;

- комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

2.7. "Перечень информационного обеспечения" Программ включает: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку, и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.

2.8. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий в МБУ ДО ДЮСШ №1 сформирован на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, муниципальных образований.

3. Нормативы физической подготовки и иные спортивные

нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих

спортивную подготовку, особенностей вида спорта

«Конный спорт» (спортивных дисциплин)

3.1. В МБУ ДО ДЮСШ №1 нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта «Конный спорт», включают в себя:

3.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (Приложение № 5 к настоящему ФССП).

3.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (Приложение № 6 к настоящему ФССП).

3.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (Приложение № 7 к настоящему ФССП).

3.5. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (Приложение № 8 к настоящему ФССП).

3.6. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (Приложение № 9 к настоящему ФССП).

4. Требования к участию лиц, проходящих спортивную

подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных

соревнованиях, предусмотренных в соответствии

с реализуемой программой спортивной подготовки

4.1. В МБУ ДО ДЮСШ №1 устанавливаются требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта «Конный спорт»;

- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «Конный спорт»;

- выполнение плана спортивной подготовки;

- прохождение предварительного соревновательного отбора;

- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4.2. Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется МБУ ДО ДЮСШ №1, на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

5. Требования к результатам реализации программ спортивной

подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

5.1. В МБУ ДО ДЮСШ №1 результатом реализации Программ является:

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;

- освоение основ техники по виду спорта «Конный спорт»;

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

- укрепление здоровья обучающихся;

- отбор перспективных юных обучающихся для дальнейших занятий по виду спорта «Конный спорт».

На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;

- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «Конный спорт»;

- формирование спортивной мотивации;

- укрепление здоровья обучающихся.

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма обучающихся;

- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;

- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;

- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;

- сохранение здоровья обучающихся.

На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;

- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

5.2. Для обеспечения этапов спортивной подготовки МБУ ДО ДЮСШ №1, использует систему спортивного отбора, представляющую собой целевой поиск и определение состава перспективных обучающихся для достижения высоких спортивных результатов.

Система спортивного отбора включает:

а) массовый просмотр и тестирование юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;

б) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп спортивной подготовки по виду спорта «Конный спорт»;

в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.

5.3. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

5.4. МБУ ДО ДЮСШ №1, реализующая образовательные программы в области физической культуры и спорта для наиболее перспективных выпускников, может предоставить возможность прохождения спортивной подготовки на своей базе сроком до четырех лет (до 10% от количества обучающихся).

6. Особенности осуществления спортивной

подготовки по отдельным спортивным дисциплинам по виду

спорта «Конный спорт»

6.1. Особенности осуществления спортивной подготовки в спортивных дисциплинах вида спорта «Конный спорт» "конкур" определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки начиная с тренировочного этапа (этапа

спортивной специализации);

- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

6.2. Тренировочный процесс в МБУ ДО ДЮСШ №1, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

6.3. Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;

- работа по индивидуальным планам;

- тренировочные сборы;

- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;

- инструкторская и судейская практика;

- медико-восстановительные мероприятия;

- тестирование и контроль.

6.4. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

6.5. Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства кроме основного тренера (тренера-преподавателя) по виду спорта «Конный спорт» допускается привлечение дополнительно второго тренера (тренера-преподавателя) по общефизической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

6.6. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (Приложение № 10 к настоящему ФССП).

6.7. Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта «Конный спорт» определяется МБУ ДО ДЮСШ №1, самостоятельно.

6.8. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.

6.9. С учетом специфики вида спорта «Конный спорт» определяются следующие особенности спортивной подготовки:

- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;

- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта «Конный спорт» осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

7. Требования к условиям реализации программ спортивной

подготовки, в том числе кадрам, материально-технической

базе и инфраструктуре в МБУ ДО ДЮСШ №1

7.1. МБУ ДО ДЮСШ №1, обеспечивает соблюдение требований к условиям реализации Программ, в том числе кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре, и иным условиям, установленным настоящим ФССП.

7.2. Требования к кадрам МБУ ДО ДЮСШ №1, осуществляющим спортивную подготовку:

7.2.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, соответствует требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054) (далее - ЕКСД), в том числе следующим требованиям:

- на этапе начальной подготовки - наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;

- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;

- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства - наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

7.2.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе "Требования к квалификации" ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы.

7.3. Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация Программы.

7.4. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре МБУ ДО ДЮСШ №1, и иным условиям:

- наличие площадки для занятий конным спортом для спортивной дисциплины "конкур";

- наличие раздевалок, душевых;

- наличие медицинского кабинета, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 N 613н "Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий" (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010, регистрационный N 18428);

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки (Приложение № 11 к настоящему ФССП);

- обеспечение спортивной экипировкой (Приложение № 12 к настоящему ФССП);

- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;

- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий;

- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

Приложение № 1

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

ЭТАПОВ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ, МИНИМАЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ ЛИЦ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ НА ЭТАПЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ И МИНИМАЛЬНОЕ

КОЛИЧЕСТВО ЛИЦ, ПРОХОДЯЩИХ СПОРТИВНУЮ ПОДГОТОВКУ В ГРУППАХ

НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «КОННЫЙ СПОРТ»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы спортивной   подготовки | Продолжительность   этапов (в годах) | Минимальный   возраст для   зачисления в   группы (лет) | Наполняемость   групп   (человек) |
| Этап начальной   подготовки | 1-3 | 10 | 6-20 |
| Тренировочный этап   (этап спортивной   специализации) | 3-5 | 10 | 4-15 |
| Этап   совершенствования   спортивного   мастерства | Без ограничений | 12 | 1-12 |
| Этап высшего   спортивного   мастерства | Без ограничений | 16 | 1-5 |

Приложение № 2

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

СООТНОШЕНИЕ

ОБЪЕМОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПО ВИДАМ СПОРТИВНОЙ

ПОДГОТОВКИ НА ЭТАПАХ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ

СПОРТА «КОННЫЙ СПОРТ»

Таблица №1

Для спортивных дисциплин «конкур»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Разделы спортивной  подготовки | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной   подготовки | | Тренировочный   этап (этап   спортивной   специализации) | | Этап совер-  шенствования спортивного  мастерства | Этап   высшего  спортивного мастерства |
| 1 год | Свыше   года | До  двух лет | Свыше  двух лет |
| Общая  физическая  подготовка (%) | 27-33 | 17-23 | 22-28 | 17-23 | 12-18 | 6-12 |
| Специальная  физическая  подготовка (%) | 27-33 | 27-33 | 22-28 | 22-28 | 16-22 | 9-15 |
| Техническая  подготовка (%) | 17-23 | 27-33 | 37-43 | 37-43 | 47-53 | 57-63 |
| Тактическая,  теоретическая,  психологическая  подготовка (%) | 17-23 | 17-23 | 7-13 | 7-13 | 7-13 | 5-11 |
| Участие в  соревнованиях,  тренерская и  судейская  практика (%) | 0,5-1 | 0,5-1 | 4-6 | 8-12 | 10-15 | 15-20 |

Приложение № 3

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

ПЛАНИРУЕМЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ

СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ВИДУ СПОРТА «КОННЫЙ СПОРТ»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды  соревнований  (игр) | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной   подготовки | | Тренировочный   этап (этап   спортивной   специализации) | | Этап совер-  шенствования спортивного  мастерства | Этап   высшего  спортивного мастерства |
| До года | Свыше   года | До двух   лет | Свыше  двух лет |
| Контрольные | 1-3 | 2-6 | 3-8 | 3-10 | 4-10 | 5-10 |
| Отборочные | - | - | 1-5 | 2-6 | 2-8 | 3-8 |
| Основные | - | - | - | 1-3 | 1-5 | 1-6 |

Приложение № 4

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

ВЛИЯНИЕ

ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ И ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ НА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

ПО ВИДУ СПОРТА «КОННЫЙ СПОРТ»

|  |  |
| --- | --- |
| Физические качества и телосложение | Уровень влияния |
| Скоростные способности | 1 |
| Мышечная сила | 2 |
| Вестибулярная устойчивость | 3 |
| Выносливость | 2 |
| Гибкость | 2 |
| Координационные способности | 3 |
| Телосложение | 1 |

Условные обозначения:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние;

1 - незначительное влияние.

Приложение № 5

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

|  |  |
| --- | --- |
| Развиваемое  физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) |
| Юноши, девушки |
| Вестибулярная устойчивость | Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти по прямой ровно (10 оборотов не более чем за 30 с) |
| Координационные способности | Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах (не менее 5 с) |
| Силовая выносливость | Приседание без остановки (не менее 6 раз) |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 4 раз) |
| Подъем туловища из положения лежа (не менее 5 раз) |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь |
| Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя |

Приложение № 6

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ

(ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Спортивные дисциплины | |
| «конкур» | |
| Вестибулярная устойчивость | Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, 10 оборотов не более чем за 25 с (после остановки пройти по прямой ровно) | |
| Координационные способности | Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах (не менее 7 с) | |
| Седловка лошади (не более 20 мин.) | |
| Силовая выносливость | Приседание без остановки | |
| (не менее 12 раз) | |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа | |
| (не менее 8 раз) | |
| Подъем туловища из положения лежа | |
| (не менее 10 раз) | |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь | Наклон вперед из положения сидя, ноги выпрямленные вместе, с касанием ступней кистями рук |
| Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя | Подъем прямой ноги, перпендикулярно опорной ноге из положения стоя |
| Техническое мастерство | Обязательная техническая программа | |

Приложение № 7

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ

СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Спортивные дисциплины | |
| «конкур» | |
| Вестибулярная устойчивость | Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти по прямой ровно (10 оборотов не более чем за 20 с) | |
| Координационные способности | Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах  (не менее 9 с) | |
| Седловка лошади (не более 15 мин.) | |
| Силовая выносливость | Приседание, руки вперед, без остановки | |
| (не менее 18 раз) | |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа | |
| (не менее 12 раз) | |
| Подъем туловища из положения лежа | |
| (не менее 15 раз) | |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь | Шпагат продольный или поперечный (сед с предельно разведенными ногами) |
| Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя | Равновесие шпагатом с захватом (стойка на одной ноге, вторая максимально поднята с хватом одной рукой за голень поднятой ноги) |
| Техническое мастерство | Обязательная техническая программа | |
| Спортивный разряд | Кандидат в мастера спорта | |

Приложение № 8

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

НОРМАТИВЫ

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ ВЫСШЕГО

СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Развиваемое физическое качество | Контрольные упражнения (тесты) | |
| Спортивные дисциплины | |
| «конкур» | |
| Вестибулярная устойчивость | Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти по прямой ровно (10 оборотов не более чем за 15 с) | |
| Координационные способности | Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах  (не менее 11 с) | |
| Седловка лошади (не более 10 мин.) | |
| Силовая выносливость | Приседание, руки вперед, без остановки | |
| (не менее 24 раз) | |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа | |
| (не менее 16 раз) | |
| Подъем туловища из положения лежа | |
| (не менее 20 раз) | |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь | Шпагат продольный или поперечный (сед с предельно разведенными ногами) |
| Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя | Равновесие шпагатом с захватом (стойка на одной ноге, вторая максимально поднята с хватом одной рукой за голень поднятой ноги) |
| Техническое мастерство | Обязательная техническая программа | |
| Спортивный разряд | Мастер спорта России, мастер спорта России международного класса | |

Приложение № 9

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

НОРМАТИВЫ МАКСИМАЛЬНОГО ОБЪЕМА ТРЕНИРОВОЧНОЙ НАГРУЗКИ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапный   норматив | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной   подготовки | | Тренировочный   этап (этап   спортивной   специализации) | | Этап совер-  шенствования спортивного  мастерства | Этап   высшего  спортивного мастерства |
| До года | Свыше  года | До двух   лет | Свыше  двух лет |
| Количество   часов в   неделю | 4-6 | 4-9 | 8-10 | 8-20 | 20-28 | 24-32 |
| Количество  тренировок в  неделю | 2-4 | 2-4 | 2-6 | 3-12 | 5-12 | 6-12 |
| Общее   количество  часов в год | 208-312 | 208-468 | 416-520 | 416-1040 | 1040-1456 | 1248-1664 |
| Общее   количество  тренировок в  год | 104-208 | 104-208 | 104-312 | 156-624 | 60-624 | 312-624 |

Приложение№ 10

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

ПЕРЕЧЕНЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Вид тренировочных  сборов | Предельная продолжительность сборов по этапам   спортивной подготовки (количество дней) | | | | Оптимальное   число   участников   сбора |
| Этап   высшего  спортивного мастерства | Этап совер-  шенствования 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 портивную 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 |

Приложение № 11

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

ОБОРУДОВАНИЕ И СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ,

НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОХОЖДЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Таблица 1

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование спортивного оборудования, инвентаря | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | Тренировочный этап (этап спортивной специализации ) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| количество | количество | количество | количество |
| Лошади, участвующие в спортивной подготовке | | | | | | | |
| Спортивная дисциплина «конкур» | | | | | | | |
| 1. | Лошадь | штук | на занимающегося | 0,3-1 | 0,5-1 | 1-2 | 1-3 |

Таблица 2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования | Единица измерения | Этапы спортивной подготовки | | | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | | Этап высшего спортивного мастерства | |
| количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) |
| Спортивная дисциплина «конкур» | | | | | | | | | | |
| 18. | Препятствия тренировочные сборно-разборные | комплект | - | - | 1 | 36 | 2 | 36 | 2 | 36 |
| 19. | Препятствия турнирные сборно-разборные | комплект | - | - | 1 | 36 | 1 | 36 | 1 | 36 |
| 20. | Препятствия тренировочные сборно-разборные для лошадей до 150 см в холке (при наличии группы, занимающейся на лошадях до 150 см в холке) | комплект | - | - | 1 | 36 | - | - | - | - |
| 21. | Препятствия турнирные сборно-разборные для лошадей до 150 см в холке (при наличии группы, занимающейся на лошадях до 150 см в холке) | комплект | - | - | 1 | 36 | - | - | - | - |
| 22. | Тумбы маркированные или указатели (цифры) | комплект | - | - | 3 | 11 | 3 | 11 | 3 | 11 |

Приложение № 12

к Федеральному стандарту

спортивной подготовки

по виду спорта «Конный спорт»

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица №1

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортивноая экипировка для животных, участвующих в спортивной подготовке и соревнованиях | | | | | | | | | | | |
| №  п/п | Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки | | | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | | Этап высшего спортивного мастерства | |
| количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) | кол-во | срок эксплуатации (месяцев) | кол-во | срок эксплуатации (месяцев) |
| 1 | Амортизатор для седла (в том числе гурты) | штук | на одну лошадь | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 | 2 | 11 |
| 2 | Бинты тренировочные | комплект | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 |
| 3 | Бинты турнирные | комплект | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 |
| 4 | Вальтрап тренировочный | штук | на одну лошадь | 2 | 11 | 2 | 11 | 2 | 11 | 2 | 11 |
| 5 | Вальтрап турнирный | штук | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 2 | 11 | 3 | 11 |
| 6 | Ведро или емкость для воды или корма | штук | на одну лошадь | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 | 2 | 11 |
| 7 | Ногавки транспортировочные | комплект | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 8 | Ногавки тренировочные | комплект | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 |
| 9 | Ногавки турнирные | комплект | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 |
| 10 | Оголовье специализированное в сборе | штук | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 11 | Оголовье трензельное в сборе | штук | на одну лошадь | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 12 | Подкова с креплением | комплект | на одну лошадь | - | - | 1 | 1,5 | 1 | 1,5 | 1 | 1,5 |
| 13 | Попона дождевая | штук | на одну лошадь | - | - | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 14 | Попона зимняя | штук | на одну лошадь | - | - | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 15 | Попона летняя | штук | на одну лошадь | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 |
| 16 | Попона сетчатая противомоскитная | штук | на одну лошадь | - | - | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 17 | Седло неспециализированное в сборе | штук | на одну лошадь | 1 | 24 | - | - | - | - | - | 24 |
| 18 | Седло специализированное в сборе (для дисциплин «выездка», «конкур», «вольтижировка», «драйвинг», «пробеги») | штук | на одну лошадь | - | - | 1 | 24 | 1 | 24 | 1 | 24 |
| 19 | Седло специализированное в сборе (для дисциплины «троеборье») | штук | на одну лошадь | - | - | 2 | 24 | 3 | 24 | 3 | 24 |
| 20 | Специальные поводья | комплект | на одну лошадь | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 | 3 | 11 |
| 21 | Щетки | комплект | на одну лошадь | 0,5 | 11 | 0,5 | 11 | 0,5 | 11 | 0,5 | 11 |

Таблица №2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Спортивноая экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование | | | | | | | | | | | |
| №  п/п | Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования | Единица измерения | Расчетная единица | Этапы спортивной подготовки | | | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | | Этап высшего спортивного мастерства | |
| количество | срок эксплуатации (месяцев) | количество | срок эксплуатации (месяцев) | кол-во | срок эксплуатации (месяцев) | кол-во | срок эксплуатации (месяцев) |
| Спортивные дисциплины «выездка», «конкур» | | | | | | | | | | | |
| 1 | Бриджи тренировочные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 2 | Бриджы турнирные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 2 | 11 |
| 3 | Кроссовки | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 4 | Перчатки тренировочные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 6 | 1 | 6 |
| 5 | Перчатки турнирные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 6 | Сапоги (или краги с ботинками) тренировочные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 7 | Сапоги (или краги с ботинками) турнирные | пар | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 8 | Спортивный костюм | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 9 | Фрак или редингот | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 10 | Хлыст | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |
| 11 | Шлем защитный | штук | на занимающегося | - | - | 1 | 11 | 1 | 11 | 1 | 11 |