

БАШКОРТОСТАН РЕСПУБЛИКАҺЫ

ӨФӨ КАЛАҺЫ КАЛА ОКРУТЫ
ХАКИМИӘТЕНЕҢ ФИЗИК КУЛЬТУРА
ҺӘМ СПОРТ ИДАРАЛЫҒЫ

ӨФӨ КАЛАҺЫ КАЛА ОКРУТЫНЫҢ
«18-СЕ СПОРТ МӘКТӘБЕ»
ӨСТӨМӨ БЕЛЕМ БИРЕҮ МУНИЦИПАЛЬ БЮДЖЕТ
УЧРЕЖДЕНИЕҺЫ

Солтановур., 24/1 й., Өфө к., 450076
Тел./факс: (347) 241-70-31, e-mail: sdushor18@mail.ru



ОКПО48878605, ОГРН
1030203892696

ИНН0274060770 / КПП 027401001

РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

УПРАВЛЕНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
И СПОРТУ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 18»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА

Султанова ул., 24/1, г. Уфа, 450076
Тел./факс: (347) 241-70-31, e-mail: sdushor18@mail.ru

БОЙОРОК

«28» декабрь 2024 й.

ОД № 66

«28» декабрь 2024 й.

О внесении изменений и дополнений в
Дополнительную образовательную
программу спортивной подготовки по
виду спорта «плавание»
муниципального бюджетного
учреждения дополнительного
образования «Спортивная школа №
18» городского округа город Уфа
Республики Башкортостан
утвержденную приказом от 11.01.2023
г. ОД № 1

ПРИКАЗ

В соответствии с Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 августа 2024 г. № 886 «О внесении изменений в федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «плавание», утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 г. № 1004»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести изменения в Дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «плавание» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан утвержденную приказом от 11.01.2023 г. ОД № 1 согласно приложению к настоящему приказу.
2. Заместителю директора Лязгиной В.Д. разместить приказ «О внесении изменений и дополнений в Дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «плавание» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан утвержденную приказом от 11.01.2023 г. ОД № 1» на официальном сайте школы
3. Контроль за исполнение данного приказа оставляю за собой.

Директор МБУ ДО СШ № 18:

Р.Р. Изикаева

С приказом ознакомлена:



Лязгина В.Д.

«Согласовано»

Педагогический совет
МБУ ДО СШ № 18 ГО г. Уфа РБ

«28» 12 2024 г.

«Утверждаю»

Директор
МБУ ДО СШ № 18 ГО г. Уфа РБ

Изикаева Р.Р.
«28» 12 2024 г.

Приказ ОД № 66 от «28.12.2024 г.»

Изменения

в Дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «плавание» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан утвержденную приказом от 11.01.2023 г. ОД № 1.

1. Раздел II Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки внести следующие изменения:

пункт 1 Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки изложить в следующей редакции: «С учётом приложения № 1 к ФССП, которое определяет минимальный возраст при зачислении или переводе обучающихся с этапа на этап спортивной подготовки и минимальную наполняемость при комплектовании учебно-тренировочных групп в спортивной школе устанавливаются сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки (Табл. 2).

Таблица 2

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	7	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4 - 5	9	12

спортивного мастерства			
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	2

».

2. Пункт 2. Виды (формы) обучения , параграф «Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных соревнованиях» изложить в следующей редакции: «Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий субъекта Российской Федерации, календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий муниципального образования и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.»;

3. Таблицу 6 "Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки", приведенную в приложении № 5 к федеральному стандарту, изложить в следующей редакции

«Таблица 6

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
1.	Общая физическая подготовка (%)	55 - 57	50 - 53	43 - 46	32 - 35	17 - 22	10 - 15
2.	Специальная	18 - 21	23 - 25	26 - 29	30 - 34	40 - 45	42 - 50

	физическая подготовка (%)						
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1 - 2	2 - 4	9 - 12	12 - 14	14 - 16
4.	Техническая подготовка (%)	16 - 19	16 - 19	16 - 20	17 - 22	17 - 22	17 - 22
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	3 - 6	3 - 6	3 - 9	3 - 9	3 - 10	3 - 10
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	-	1 - 3	1 - 4	2 - 4	2 - 4
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1 - 3	1 - 3	2 - 4	2 - 4	2 - 6	4 - 6

4. На основании изменений внесенных в данный раздел, **таблицу 7** «Годовой учебно-тренировочный план по плаванию на год (52 недели)» изложить в следующей редакции:

«Таблица 7

Годовой учебно-тренировочный план по плаванию на год (52 недели)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки							
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап начальной спортивной специализации)		Учебно-тренировочный этап (этап углубленной спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года (1 год)	Свыше года (2,3 года)	До года (1 год)	Свыше года (2,3 года)	Свыше 3 лет (4 год)	Свыше 4 лет (5 год)	Весь период	Весь период
Общая физическая подготовка, ч	172	234	270	310	266	299	224	218
Специальная физическая подготовка, ч	64	112	164	191	249	280	499	630
Участие в спортивных соревнованиях, ч	-	10	24	27	80	93	149	158
Техническая подготовка, ч	56	80	102	128	147	187	249	280
Тактическая, Теоретическая, психологическая подготовка, ч	14	23	41	46	50	37	53	88

Инструкторская и судейская практика, ч	-	-	11	12	20	20	24	30
Медицинские, Медико-биологические, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6	9	12	14	20	20	50	52
Всего, ч	312	468	624	728	832	936	1248	1456

».

5. В пункте 11. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки, *таблицу 12* «Минимальные нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «плавание»» изложить в следующей редакции:

«Таблица 12

Минимальные нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «плавание»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/мужчины	девушки/женщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			9.20	10.40
1.2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			8	-
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	15
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+13
1.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			8,5	8,9
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			183	167
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение - стоя,	м	не менее	

	держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед		5,3	4,5
2.2.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			45	35
2.3.	Исходное положение - стоя в воде у борта бассейна. Отталкиванием двух ног скольжение в воде лежа на груди, руки вперед	м	не менее	
			11	
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивный разряд "кандидат в мастера спорта"			

6. Таблицу 13 «Минимальные нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «плавание»» изложить в следующей редакции:

«Таблица 13

Минимальные нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода этап высшего спортивного мастерства по виду спорта «плавание»

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/мужч ины	девушки/ж енщины
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,6	4,9
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			8.00	9.55
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			37	20
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+11	+15
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			218	183
1.6.	Подтягивание из виса на высокой	количество раз	не менее	

	перекладине		13	7
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Исходное положение - стоя, держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	м	не менее	
			7,5	5,3
2.2.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее	
			50	40
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Спортивное звание "мастер спорта России"			

».

7. В разделе IV. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки таблицу 23 «Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки» изложить в следующей редакции:

«Таблица 23

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Весы электронные	штук	1
2.	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	2
3.	Гантели переменной массы (от 3 до 12 кг)	комплект	2
4.	Доска для плавания	штук	30
5.	Доска информационная	штук	2
6.	Колокольчик судейский	штук	10
7.	Ласты тренировочные для плавания	пар	30
8.	Лопатка для плавания (большие, средние, кистевые)	пар	60
9.	Мат гимнастический	штук	15
10.	Мяч ватерпольный	штук	5
11.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
12.	Поплавки-вставки для ног (колобашка)	штук	30
13.	Пояс для плавания поддерживающий	штук	15
14.	Пояс пластиковый для плавания с сопротивлением	штук	30

15.	Разделительные дорожки для бассейна (волногасители)	комплект	1
16.	Секундомер настенный четырехстрелочный для бассейна	штук	2
17.	Секундомер электронный	штук	8
18.	Скамейка гимнастическая	штук	6
19.	Стартовый тренажер для заплыва на спине	штук	1
		на плавательную дорожку	1
20.	Эспандер резиновый	штук	20

».

Остальное содержание Дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «плавание» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 18» городского округа город Уфа Республики Башкортостан утвержденной приказом от 11.01.2023 г. ОД № 1 оставить неизменным.