

**Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края
«Спортивная школа по футболу»**

ПРИКАЗ

«24» марта 2020 год

№ 113/1 -пр

**Об организации тренировочного процесса в ГБУ КК «СШ по футболу»
на период режима «Повышенная Готовность»**

В соответствии с приказом министерства физической культуры и спорта Краснодарского края «О реализации постановления главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 13 марта 2020 г. № 129 «О введении режима повышенной готовности на территории Краснодарского края и мерах по предотвращению распространения коронавирусной инфекции (COVID-2019)» от 19 марта 2020г. № 331 (с изменениями от 24.03.2020 г. № 346),

п р и к а з ы в а ю:

1. Тренерам ГБУ КК «СШ по футболу», осуществляющим тренировочные занятия:

1.1. Приостановить с 24 марта 2020 года включительно до 12 апреля 2020 года посещение тренировочных занятий занимающимися ГБУ КК «СШ по футболу»;

1.2. Подготовить конспекты тренировочных занятий для каждой группы занимающихся в соответствии с годовым тренировочным планом на 2020 год и программой спортивной подготовки по виду спорта футбол в соответствии с Методическими рекомендациями, утверждёнными приказом ГБУ КК «СШ по футболу» от 24.03.2020 № 112/1-пр;

1.3. Организовать ежедневную работу по планам самостоятельной подготовки посредством созданных групп в системе обмена сообщениями (WhatsApp) с получением обратной связи о выполнении заданий занимающимися.

2. Инструктору-методисту физкультурно-спортивной организации Тованчеву Е.Е. разместить данную информацию на официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3. Контроль за выполнением настоящего приказа оставляю за собой.

И.о.директора

С.Ю.Дворцовой

Государственное бюджетное учреждение Краснодарского края
«Спортивная школа по футболу»

ПРИКАЗ

«24» марта 2020 год

№ 112/1 -пр

Об утверждении методических рекомендаций по работе с занимающимися по индивидуальным планам самостоятельной подготовки, не посещающими тренировочные занятия в ГБУ КК «СШ по футболу», на период введения режима «Повышенной готовности» и с целью предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)

В целях надлежащего исполнения приказа министерства физической культуры и спорта Краснодарского края «О реализации постановления главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 13 марта 2020 г. № 129 «О введении режима повышенной готовности на территории Краснодарского края и мерах по предотвращению распространения коронавирусной инфекции (COVID-2019)» от 19 марта 2020г. № 331 (с изменениями от 24.03.2020 г. № 346),
п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить методические рекомендации по работе с занимающимися по индивидуальным планам самостоятельной подготовки, не посещающими тренировочные занятия в ГБУ КК «СШ по футболу», на период введения режима «Повышенной готовности» и с целью предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) (далее – методические рекомендации) согласно приложению.

2. Настоящий приказ вступает в силу со дня его подписания и распространяет свое действие на период режима «Повышенной готовности».

3. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

И.о.директора

С.Ю.Дворцовой

ПРИЛОЖЕНИЕ
к приказу ГБУ КК «Спортивная
школа по футболу»
от 24.03.2020 г. № 112/1-пр

**Методические рекомендации
по работе с занимающимися по индивидуальным планам спортивной
подготовки, не посещающими тренировочные занятия в ГБУ КК «СШ
по футболу», на период действия режима «Повышенная готовность» и с
целью предупреждения распространения новой коронавирусной
инфекции (COVID-19)**

С целью соблюдения принципа непрерывности тренировочного процесса спортивной подготовки спортсменов ГБУ КК «Спортивная школа по футболу» (далее – учреждение), занимающихся на этапах спортивной подготовки, тренеры учреждения организуют методическую и организационно-информационную работу в соответствии с алгоритмом организации тренировочного процесса в домашних условиях.

Алгоритм организации тренировочного процесса
в домашних условиях

1 шаг	Тренер проводит анализ программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол» и годового тренировочного плана на 2020 год, внося при необходимости корректировки содержания программы для перераспределения видов подготовки и объемов тренировочной нагрузки в целях обеспечения возможности проводить спортсменам тренировочные занятия в домашних условиях.
2 шаг	Тренер разрабатывает для каждого занимающегося (спортсмена) план самостоятельной подготовки (приложение № 1) в соответствии с годовым тренировочным планом и программой спортивной подготовки по виду спорта «футбол».
3 шаг	В соответствии с действующим утвержденным расписанием тренировочных занятий, тренер направляет спортсменам своей группы или представителям спортсменов вышеуказанный план самостоятельной подготовки на электронную почту или посредством иных электронных средств связи (WhatsApp).
4 шаг	Спортсмен, получивший план самостоятельной подготовки, самостоятельно или под присмотром родителей выполняет задания, указанные в плане, соблюдая при этом правила выполнения упражнений и нормы нагрузки, предусмотренные в

	плане, а также методические рекомендации тренера и правила техники безопасности.
--	--

По окончании периода «Повышенная готовность» тренер обязан предоставить заместителю директора план самостоятельной подготовки спортсмена, журнал учета спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

Рекомендации тренерам по составлению плана самостоятельной подготовки спортсмена

План самостоятельной подготовки спортсмена составляется для каждой группы занимающихся в соответствии с годовым тренировочным планом на 2020 год и программой спортивной подготовки по виду спорта «футбол». В столбце «Содержание занятия» указываются: средства и методы для каждой части занятия, дозировка упражнений и организационно-методические указания по их выполнению.

Содержание тренировок должно соответствовать условиям их проведения – домашним. В содержание следует включить такие виды подготовки, как ОФП, СФП, теоретическая подготовка. В любом случае следует учитывать специфику вида спорта и этап спортивной подготовки.

Перечисление средств физической подготовки в столбце «Содержание занятия» указывается в краткой и лаконичной форме, дозировка упражнений дается в количестве повторений (раз) или временных параметрах (мин., сек.). Рекомендуемые тренером физические упражнения должны быть простыми по исполнению, быть ранее изученными и хорошо освоенными спортсменами. Включать сложно-координационные и новые упражнения не рекомендуется.

Также не рекомендуется включать:

упражнения, требующие выполнения их на тренажерах (за исключением случаев, когда у спортсмена имеется в наличии тренажеры дома);

упражнения со спортивными снарядами и инвентарем;

подвижные и спортивные игры.

