

УТВЕРЖДЕНО  
приказом Министерства спорта  
Российской Федерации

от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2013 г. № \_\_\_\_\_

**Федеральные государственные требования к минимуму содержания,  
структуре, условиям реализации дополнительных  
предпрофессиональных программ в области физической культуры  
и спорта по сложно-координационным видам спорта  
и к срокам обучения по этим программам**

**I. Общие положения**

1. Настоящие федеральные государственные требования (далее – ФГТ) устанавливают требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта по сложно-координационным видам спорта и к срокам обучения по этим программам образовательными организациями, осуществляющими деятельность в области физической культуры и спорта (далее – образовательные организации), при наличии соответствующей лицензии на осуществление образовательной деятельности.

2. Настоящие ФГТ используются при реализации дополнительных предпрофессиональных программ по следующим видам спорта (далее – Программы): акробатический рок-н-ролл, прыжки в воду, прыжки на батуте, синхронное плавание, спортивная акробатика, спортивная аэробика, спортивная гимнастика, танцевальный спорт, фигурное катание на коньках, художественная гимнастика (далее – избранные виды спорта).

3. Программа, самостоятельно разрабатываемая образовательной организацией, должна соответствовать настоящим ФГТ и учитывать:

- требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, указанным в пункте 2 настоящих ФГТ;
- возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях

видами спорта, указанными в пункте 2 настоящих ФГТ.

4. Программа должна быть направлена на:

- отбор одаренных детей;
- создание условий для физического воспитания и физического развития детей;
- получение детьми начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию их свободного времени.

5. Прием на обучение по Программе осуществляется на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы способности в области физической культуры и спорта.

6. ФГТ являются основой для оценки качества образования.

Освоение обучающимися Программы завершается итоговой аттестацией обучающихся, проводимой образовательной организацией самостоятельно.

7. Программа утверждается по каждому сложно-координационному виду спорта.

## **II. Требования к минимуму содержания Программы**

8. Основными задачами реализации Программы являются:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной

ориентации;

- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

9. Содержание Программы учитывает особенности подготовки обучающихся по сложно-координационным видам спорта, в том числе:

- необходимость доведения исполнительского мастерства обучающихся до виртуозности и достижением на этой основе высокой надежности технических действий;

- овладение новыми, сверхсложными оригинальными упражнениями;

- обеспечение стабильного результата на основных соревнованиях с учетом соответствия соревновательных программ и (или) композиций требованиям, предусмотренным правилами по видам спорта;

- применение методов сопряженных воздействий, высоких по объему и интенсивности тренировочных нагрузок с целью формирования такого уровня специальной выносливости, который значительно превышает потребность в соревновательной деятельности;

- многократное моделирование усложненных условий соревновательной деятельности в системе модельных микроциклов, при этом в ударных модельных микроциклах объем тренировочной нагрузки может превышать соревновательный, но не более чем в два раза;

- постоянную готовность к соревновательной деятельности в течение всего годичного цикла.

10. Результатом освоения Программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

10.1. в области теории и методики физической культуры и спорта:

- история развития избранного вида спорта;

- роль физической культуры и спорта в современном обществе;

- основы спортивной подготовки и тренировочного процесса;

- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила по видам спорта, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения

спортивных разрядов и званий по видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки; антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правилами, утвержденные международными антидопинговыми организациями);

- необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- основы спортивного питания;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- требования безопасности при занятиях избранным видом спорта.

10.2. в области общей физической подготовки:

- освоение комплексов физических упражнений;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике сложно-координационных видов спорта;

- повышение уровня здоровья, физической работоспособности и функциональных возможностей организма.

10.3. в области избранного вида спорта:

- повышение уровня специальной физической и функциональной подготовленности;

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;

- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;

- развитие специальных физических (двигательных) и психологических качеств;

- повышение уровня функциональной подготовленности;

- освоение допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок;

- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта.

10.4. в области хореографии и (или) акробатики:

- знание профессиональной терминологии;
- умение определять средства музыкальной выразительности;
- умение выполнять комплексы специальных хореографических и (или) акробатических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств в избранном виде спорта;
- умение соблюдать требования к безопасности при выполнении упражнений;
- навыки музыкальности, пластичности, выразительности, артистичности, импровизации;
- навыки сохранения собственной физической формы;
- навыки публичных выступлений.

### **III. Требования к структуре Программы**

11. Программа должна иметь следующую структуру:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- учебный план;
- методическую часть;
- систему контроля и зачетные требования;
- перечень информационного обеспечения.

11.1. На титульном листе Программы указывается:

- наименование Программы;
- наименование образовательной организации, реализующей Программу;
- срок реализации Программы;
- фамилия, имя, отчество (при наличии) разработчика(ков) Программы;
- фамилия, имя, отчество (при наличии) не менее двух рецензентов

Программы;

- населенный пункт, в котором находится образовательная организация;
- год составления Программы.

11.2. В пояснительной записке Программы дается характеристика каждого из сложно-координационных видов спорта, развиваемых в образовательной

организации, его отличительные особенности и специфика организации обучения, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины), минимальный возраст лиц для зачисления на обучение и минимальное количество лиц в группах на этапах подготовки.

#### 11.3. Учебный план Программы должен содержать:

- продолжительность и объемы реализации Программы по предметным областям (теория и методика физической культуры и спорта; общая физическая подготовка, избранный вид спорта; хореография и (или) акробатика);
- навыки в других видах спорта, способствующие повышению профессионального мастерства в избранном виде спорта;
- соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения, включая время, отводимое для самостоятельной работы обучающихся, в том числе и по индивидуальным планам.

#### 11.4. Методическая часть Программы включает в себя:

- содержание и методику работы по предметным областям, этапам (периодам) подготовки;
- требования к технике безопасности в процессе реализации Программы;
- объемы максимальных тренировочных нагрузок.

#### 11.5. Система контроля и зачетные требования Программы должны включать:

- комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения обучающимися Программы;
- методические указания по организации промежуточной (после каждого этапа (периода) обучения) и итоговой (после освоения Программы) аттестации обучающихся.

При проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся учитываются результаты освоения Программы по каждой предметной области. Форма проведения промежуточной и итоговой аттестации определяется образовательной организацией.

- требования к результатам освоения Программы, выполнение которых дает основание для перевода обучающегося на программу спортивной подготовки.

11.6. Перечень информационного обеспечения Программы должен включать:

- список литературы, содержащий не менее 10 источников;
- перечень аудиовизуальных средств с учетом специфики избранного вида спорта;
- перечень Интернет-ресурсов, необходимых для использования в образовательном процессе.

#### **IV. Требования к условиям реализации Программы и срокам обучения**

12. ФГТ устанавливают следующие требования к условиям реализации Программы:

- к образовательному и тренировочному процессу;
- к методическим, кадровым, финансовым, материально-техническим и иным условиям реализации Программы с целью достижения планируемых результатов ее освоения.

12.1. Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам (периодам) подготовки:

- этап начальной подготовки – до 3 лет.
- тренировочный этап (период базовой подготовки) – до 2 лет.
- тренировочный этап (период спортивной специализации) – до 3 лет.
- этап совершенствования спортивного мастерства – до 3 лет.

На этап совершенствования спортивного мастерства прием на обучение не проводится. На данном этапе продолжают обучение дети, зачисленные в организацию и прошедшие обучение на тренировочном этапе (спортивной специализации).

Срок обучения по программе – 8 лет.

Для детей, планирующих поступление в образовательные организации профессионального образования, реализующих основные профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта срок освоения программы может быть увеличен на 1 год.

Образовательная организация имеет право реализовывать образовательную программу в сокращенные сроки.

12.2. В процессе обучения по Программе необходимо предусмотреть:

- оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта);

- теоретическую подготовку в объеме от 10% до 20% от общего объема Учебного плана;

- самостоятельную работу обучающихся в пределах до 20% от общего объема Учебного плана;

- возможность организации посещений обучающимися официальных соревнований, в том числе межрегиональных, общероссийских и международных, проводимых на территории Российской Федерации;

- организацию совместных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями;

- организацию показательных выступлений обучающихся;

- построение содержания Программы с учетом индивидуального развития детей, а также национальных и культурных особенностей субъекта Российской Федерации.

12.3. Образовательная организация в соответствии утвержденными ею с локальными нормативными правовыми актами ежегодно самостоятельно разрабатывает и утверждает годовой календарный учебный график из расчета не менее чем на 42 недели, в котором предусматриваются:

- график (расписание) тренировочных занятий в течение недели;

- занятия по предметным областям (в том числе, проводимые с обучающимися на основании Программы, по группам, подгруппам и индивидуально);

- тренировочные сборы в объеме до двух сборов в год до 21 дня каждый (без учета проезда к месту проведения тренировочных сборов и обратно);

- участие в соревнованиях;

- самостоятельная работа обучающихся, контролируемая тренером-преподавателем на основании ведения обучающимися дневника самоконтроля, аудио- и видеоматериалами и другими способами (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий, участие в показательных выступлениях, судейская практика и другие формы);

- промежуточная (итоговая) аттестация обучающихся.

12.4. При реализации Программы по видам спорта, правилами по которым предусмотрено исполнение соревновательных композиций под музыку, должно быть предусмотрено музыкальное сопровождение.

12.5. Реализация Программы обеспечивается педагогическими работниками и другими специалистами (тренерами-преподавателями, старшими хореографами, концертмейстерами, аккомпаниаторами и другими), имеющими соответствующее среднее или высшее профессиональное образование.

Доля специалистов, имеющих высшее профессиональное образование, должна составлять не менее 25% от общего числа специалистов, обеспечивающих образовательный процесс по данной Программе.

До 10% от общего числа специалистов, которые должны иметь высшее профессиональное образование, может быть заменено тренерами-преподавателями, хореографами и другими специалистами, имеющими среднее профессиональное образование и государственные почетные звания в соответствующей профессиональной сфере, или специалистами, имеющими среднее профессиональное образование и стаж практической работы в соответствующей профессиональной сфере более 10 последних лет.

12.6. Образовательная организация осуществляет обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, проездом к месту проведения физкультурных и спортивных мероприятий и обратно, питанием и проживанием в период проведения физкультурных и спортивных мероприятий, а также осуществляет медицинское обеспечение обучающихся в порядке и объемах, установленных учредителем образовательной организации.

12.7. Минимально необходимый для реализации Программы перечень помещений, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- спортивное сооружение с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку и другие);
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий (учебные аудитории для индивидуальных занятий должны иметь площадь не менее 6 кв.м и звукоизоляцию);
- раздевалки и душевые для обучающихся и специалистов.

При наличии в Программе хореографической подготовки:

- хореографический зал площадью не менее 75 кв.м из расчета на 12-14 обучающихся, имеющий пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие); хореографические станки; зеркала, расположенные от уровня пола на высоте не менее 2 м.

При наличии в Программе акробатической подготовки:

- места для выполнения обучающимися акробатических упражнений, оборудованные гимнастическими матами, спортивными снарядами и тренажерами, а также приспособлениями для страховки занимающихся.

13. Непрерывность освоения обучающимися Программы в каникулярный период обеспечивается следующим образом:

- в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях (центрах), а также в спортивно-образовательных центрах;
- участием обучающихся в тренировочных сборах, проводимых по избранному виду спорта образовательными организациями и иными физкультурно-спортивными организациями.
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

14. ФГТ установлены следующие требования к минимальному возрасту детей, допускаемых к освоению программ по сложно-координационным видам спорта – 6 лет.