

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА
КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**

ПРИКАЗ

29.12.2017

№ 450н

г. Красноярск

1. В соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», пунктом 3 статьи 4.1. Закона Красноярского края от 21.12.2010 № 11-5566 «О физической культуре и спорте в Красноярском крае», пунктом 3.57 Положения о министерстве спорта Красноярского края, утвержденного постановлением Правительства Красноярского края от 12.08.2014 № 356-п, утвердить методические рекомендации по реализации государственной работы «Организация и обеспечение подготовки спортивного резерва» (приложение).

2. Контроль за исполнением приказа возложить на первого заместителя министра спорта Красноярского края А.В. Кривошеева.

Исполняющий обязанности
министра спорта
Красноярского края

С.И. Алексеев

Методические рекомендации
по реализации государственной работы
«Организация и обеспечение подготовки спортивного резерва»

1. Общие требования

1.1. Методические рекомендации по реализации государственной работы «Организация и обеспечение подготовки спортивного резерва» (далее – методические рекомендации) разработаны в соответствии с региональным перечнем (классификатором) государственных (муниципальных) услуг, не включенных в общероссийские базовые (отраслевые) перечни (классификаторы) государственных (муниципальных) услуг, работ, с целью оказания методической помощи физкультурно-спортивным организациям (спортивным школам, спортивным школам олимпийского резерва), специализированным структурным подразделениям, осуществляющим подготовку спортивного резерва.

Методические рекомендации предназначены для использования в своей деятельности органами государственной власти субъектов Российской Федерации, а также органами местного самоуправления, руководителями и специалистами организаций, осуществляющих подготовку спортивного резерва, в качестве выбора предпочтительных вариантов реализации утвержденных требований и методов на практике.

1.2. Методические рекомендации разработаны с целью:
развития детско-юношеского спорта и участия в подготовке спортивного резерва;

реализации мер по развитию физической культуры и спорта инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

1.3. Задачами данных методических рекомендаций являются:
регламентация реализации работы «Организация и обеспечение подготовки спортивного резерва» путем реализации программ подготовки спортивного резерва;

выявление и отбор одаренных спортсменов для зачисления на программы спортивной подготовки.

1.4. Методические рекомендации разработаны на основании следующих нормативно-правовых актов, информационных писем:

постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 04.06.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2015 № 61 «Об утверждении СП 2.1.2.3304-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта»;

Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта, утвержденные приказами Минспорта России;

приказ Госкомспорта СССР от 09.04.1987 № 228 (с изм. от 12.09.1989) «О введении в действие Положения о детско-юношеской спортивной школе, специализированной детско-юношеской школе олимпийского резерва, специализированных классах по видам спорта»;

приказ Минспорта России от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;

приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 07.04.2014 № 193н «Профессиональный стандарт «Тренер»;

приказ министерства спорта Красноярского края от 19.05.2015 № 191п «Об установлении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Красноярским краем или муниципальными образованиями Красноярского края и осуществляющие спортивную подготовку»;

дополнение к Методическим рекомендациям по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации от 12.12.2006 № СК-02-10/3685 (согласовано с Министерством образования и науки Российской Федерации письмо № ИК-343/06 от 06.03.2008);

письмо Минспорта России от 12.05.2014 № ВМ-04-10/2554 «О направлении Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».

1.5. Результатом выполнения работы является:

формирование устойчивого интереса к занятиям избранным видом спорта;

формирование широкого круга двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, необходимых к освоению программ спортивной подготовки по виду спорта.

1.6. Контроль полноты и качества предоставления работы осуществляется непосредственно физкультурно-спортивными организациями, учредителями физкультурно-спортивной организации.

2. Требования к программе подготовки спортивного резерва

2.1. Государственная работа «Организация и обеспечение подготовки спортивного резерва» (далее – работа) включает организацию и проведение тренировочного процесса по видам спорта, оказываемого физкультурно-спортивными организациями, специализированными структурными подразделениями (далее – Организация) на основании программ подготовки спортивного резерва по виду спорта (далее – Программа).

2.2. Программа разрабатывается Организацией и утверждается ее руководителем.

2.3. Программа реализуется по виду(ам) спорта, включенному(ым) во Всероссийский реестр видов спорта. Работником Организации, непосредственно реализующий Программу, является тренер.

2.4. Структура программы включает:

титульный лист;

пояснительную записку;

нормативную часть;

методическую часть;

систему контроля и зачетные требования;

информационное обеспечение Программы;

план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

2.4.1. На титульном листе Программы указывается:

наименование вида спорта;

наименование Организации, осуществляющей подготовку спортивного резерва;

название Программы;

этапы реализации Программы;

год составления Программы.

2.4.2. В пояснительной записке Программы:

отражаются цели, задачи реализации Программы;

дается характеристика вида спорта;

отличительные особенности от программы спортивной подготовки по аналогичному виду спорта (в случае ее наличия);

специфика организации тренировочного процесса, излагается структура системы подготовки (этапы, уровни, спортивные дисциплины).

2.4.3. Нормативная часть Программы должна содержать:

продолжительность этапов, возраст для зачисления на этапы, максимальное и минимальное количество лиц в группах на этапах, проходящих подготовку по Программе с учетом требований федеральных стандартов спортивной подготовки;

соотношение объемов тренировочного процесса по разделам подготовки на этапах подготовки Программы, установленных с учетом требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта (далее – ФССП);

планируемые показатели соревновательной деятельности, установленные с учетом требований ФССП. В случае отсутствия ФССП или невозможности выполнения показателей соревновательной деятельности, указанных в ФССП, рекомендуется руководствоваться приложением №1;

режимы тренировочной работы, установленные с учетом требований ФССП, в случае отсутствия ФССП, рекомендуется руководствоваться приложением № 2;

наполняемость тренировочных групп по адаптивным видам спорта рекомендуется устанавливать в соответствии с Приложением № 4,5;

медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим подготовку по Программе;

необходимая экипировка, спортивный инвентарь и оборудование, необходимые для освоения Программы;

объем индивидуальной подготовки.

2.4.4. Методическая часть Программы должна содержать:

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

требования к организации и проведению врачебно-педагогического контроля;

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

программный материал для теоретической подготовки (приложение №3);

рекомендации по организации психологической подготовки;

планы применения восстановительных средств;

планы антидопинговых мероприятий;

планы инструкторской и судейской практики.

2.4.5. Система контроля и зачетные требования Программы должна включать:

требования к лицам и конкретизация критериев, выполнение которых дает основание для перевода лица на этапы Программы и/или программ спортивной подготовки;

комплексы контрольных упражнений для оценки общей физической, специальной физической, технической, тактической подготовки лиц, методические указания по организации тестирования.

2.4.6. Перечень информационного обеспечения, необходимый для реализации Программы:

список литературных источников;

перечень аудиовизуальных средств;

перечень Интернет-ресурсов.

2.4.7. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Программы формируется организацией, реализующей Программу, 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 и внутри школьных мероприятий Организации.

3. Организация деятельности по реализации программы подготовки спортивного резерва

3.1. Минимальный возраст зачисления на этапы Программу определяется на основании требований ФССП.

В группах спортивно-оздоровительного этапа возраст спортсменов устанавливается Организацией, реализующей Программу.

В случае отсутствия ФССП по виду спорта минимальный возраст для зачисления на Программы устанавливается Организацией и согласовывается учредителем.

Обязательно прохождение специальных курсов повышения квалификации для тренеров при проведении тренировочных занятий с детьми дошкольного возраста.

Минимальное и максимальное количество лиц в группах на этапах подготовки устанавливается Организацией и согласовывается с учредителем.

3.2. Программа реализуется на следующих этапах спортивной подготовки:

спортивно-оздоровительный этап – до 3 лет;

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.

3.3. Продолжительность реализации Программы на спортивный сезон – не менее 36 недель.

В Организациях, реализующих программы спортивной подготовки, рекомендуется устанавливать продолжительность Программы 52 недели.

3.4. Спортивно-оздоровительные группы формируются из числа желающих заниматься избранным видом спорта.

Спортивно-оздоровительный этап реализуется по двум направлениям:

для организации тренировочных занятий с детьми более младшего возраста, определенного ФССП по виду спорта;

для организации тренировочных занятий с лицами соответствующего возраста для зачисления на этапы начальной подготовки и тренировочного этапа Программы, но не отвечающие требованиям по уровню подготовленности (физической, технической) в соответствии с требованиями ФССП.

Группы начальной подготовки формируются на основании индивидуального отбора из числа желающих заниматься избранным видом спорта.

Тренировочные группы формируются из числа одаренных и способных к виду спорта детей и подростков, имеющих стаж занятий в избранном виде спорта, или в другом виде спорта, и выполнивших нормативные требования для зачисления на тренировочный этап по Программе.

На этап совершенствования спортивного мастерства зачисляются спортсмены, имеющие спортивный разряд не ниже «Кандидата в мастера спорта», I взрослого разряда для командно-игровых видов спорта в соответствии с требованиями ФССП. Группы совершенствования спортивного мастерства комплектуются из числа спортсменов, прошедших подготовку на тренировочном этапе, или лиц, имеющих перерыв в тренировочной или соревновательной деятельности по объективной причине, и выполнивших нормативные требования по общефизической, специальной физической и технической подготовке.

3.5. Для зачисления на Программу в Организацию необходимо предоставить следующие документы:

Медицинский документ о состоянии здоровья;

заявление о приеме в Организацию;

свидетельство о рождении или паспорт (оригинал, копия) поступающего;
 другие документы, установленные локальными нормативными актами
 Организации.

3.6. Основанием для отказа в приеме документов является:

наличие противопоказаний к занятиям избранным видом спорта;
 отсутствие вакантных мест, установленных государственным
 (муниципальным) заданием на выполнение государственной работы «Организация
 и обеспечение подготовки спортивного резерва».

3.7. Прием поступающих в Организацию проводится на основании
 результатов индивидуального отбора (исключение – спортивно-оздоровительный
 этап), проводимого в целях выявления лиц, имеющих необходимые показатели
 для освоения соответствующей Программы.

Для проведения индивидуального отбора Организация проводит
 тестирование, а также, при необходимости, предварительные просмотры,
 анкетирование и консультации в порядке, установленном в локальных
 нормативных актах.

Для проведения процедуры тестирования могут быть использованы
 контрольные упражнения (далее – тесты), установленные в ФССП по виду спорта
 для зачисления лиц на этапы спортивной подготовки, или иные тесты с учетом
 значительного влияния физических качеств на результативность в избранном виде
 спорта в соответствии с ФССП.

В целях организации приема и проведения индивидуального отбора
 поступающих в Организации создаются приемная (не менее 4 человек)
 и апелляционная (не менее 3 человек) комиссии. Составы данных комиссий
 утверждаются распорядительным актом Организации.

Не позднее чем за месяц до начала приема документов Организация
 на своем информационном стенде и официальном сайте Организации
 в информационно-телекоммуникационной сети Интернет (при его наличии)
 размещает следующую информацию и документы с целью ознакомления
 с ними поступающих, а также законных представителей несовершеннолетних
 поступающих:

- копию устава Организации;
- локальные нормативные акты, регламентирующие реализацию программ
 подготовки спортивного резерва;
- расписание работы приемной и апелляционной комиссий;
- количество бюджетных мест по каждой реализуемой в Организации
 Программе, а также количество вакантных мест для приема поступающих;
- сроки приема документов, необходимых для зачисления
 в Организацию;
- требования, предъявляемые к уровню физических (двигательных)
 способностей и другим качествам поступающих;
- условия и особенности проведения отбора для лиц с ограниченными
 возможностями здоровья;
- правила подачи и рассмотрения апелляций по результатам отбора;
- сроки зачисления в Организацию;

номер телефона для получения консультаций.

3.8. Перевод спортсменов в группу следующего года подготовки на этапе осуществляется по решению тренерского совета на основании выполнения нормативных показателей общей и специальной физической подготовки, разрядных требований (в случае наличия) и иных требований, установленных Организацией. Лица, не выполнившие эти требования, могут решением тренерского совета Организации продолжать подготовку повторный год, но не более одного раза на данном этапе подготовки.

3.9. Основанием для отчисления с Программы является:

совершенные неоднократно грубые нарушения Устава Организации;

нарушение антидопинговых правил;

применение физического или психического насилия к участникам тренировочного процесса;

непосещение тренировочных занятий более 2 месяцев без уважительных причин (прогулы);

употребление и распространение алкоголя, табачных изделий, наркотических и психотропных веществ;

по инициативе спортсмена (родителей или законных представителей несовершеннолетнего спортсмена), в том числе перевода спортсмена для продолжения освоения Программы в другую Организацию;

3.10. Расписание тренировочных занятий (тренировок) рекомендуется утверждать после согласования с тренерским составом в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха спортсменов. При составлении расписания тренировочных занятий (тренировок) продолжительность одного тренировочного занятия рекомендуется рассчитывать в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки спортсмена и не может превышать:

на спортивно-оздоровительном этапе – 2 часов (для детей до 8 лет – 1 час);

на этапе начальной подготовки – 2 часов (для детей до 8 лет – 1 час, либо иных условий, определенных ФССП);

на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 3 часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – 4 часов;

при проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий – до 8 академических часов.

Продолжительность занятий для детей от 4 до 8 лет определяется санитарно-эпидемиологическими требованиями для проведения занятий физкультурно-спортивной направленности.

Допускается проведение тренировочных занятий одновременно со спортсменами из разных групп тренировочного этапа и этапа совершенствования спортивного мастерства:

а) по программам подготовки спортивного резерва;

б) по программам спортивной подготовки.

При этом необходимо соблюдать все перечисленные ниже условия:

спортсмены, проходящие подготовку по Программе, близки по уровню подготовленности спортсменов на соответствующем этапе (году подготовки) программы спортивной подготовки;

не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;

не превышен полуторный количественный состав, определенный ФССП;

разница в уровнях спортивного мастерства спортсменов не должна превышать двух спортивных разрядов (званий).

3.11. Основными формами организации тренировочного процесса в Организациях, осуществляющих подготовку спортивного резерва, являются: тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта (дисциплины вида спорта), возрастных и гендерных особенностей спортсменов; индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно тренировочным планам с одним или несколькими спортсменами, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу или экипаж; самостоятельная работа спортсмена по индивидуальным планам; тренировочные сборы (не менее 1 раза в год); участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях; инструкторская и судейская практика; медико-восстановительные мероприятия; тестирование. Работа по индивидуальным планам в обязательном порядке осуществляется на этапе совершенствования спортивного мастерства.

3.12. Для обеспечения круглогодичных тренировочных занятий в период зимних и летних каникул организуются тренировочные мероприятия, спортивно-оздоровительные лагеря и другие формы организации тренировочного процесса.

4. Особенности организации деятельности по реализации программы подготовки спортивного резерва по адаптивным видам спорта

4.1. Распределение спортсменов на группы по степени функциональных возможностей для занятий определенным видом спорта и спортивной дисциплиной возлагается на учреждение и осуществляется один раз в год. Для определения группы по степени функциональных возможностей спортсмена приказом учреждения создается комиссия, в которую входят: руководитель учреждения, тренер (или старший тренер), врач спортивной медицины и, при необходимости, другие привлеченные медицинские специалисты (невролог, травматолог, офтальмолог).

Распределение спортсменов на группы осуществляется в соответствии с функционально-медицинскими классами, установленными международными спортивными организациями инвалидов (Приложение №4).

Если у спортсмена уже установлен класс, утвержденный классификационной комиссией субъекта Российской Федерации, комиссией спортивной федерации инвалидов общероссийского уровня, или международной комиссией, то отнесение спортсмена к группе по степени функциональных возможностей осуществляется в соответствии с решением комиссии.

Наполняемость групп зависит от этапа подготовки, возраста спортсменов (Приложение № 5).

4.2. В случае необходимости объединения в одну тренировочную группу спортсменов, разных по возрасту, функциональному классу или уровню спортивной подготовленности, разница в степени функциональных возможностей не должна превышать трех функциональных классов, разница в уровне спортивной подготовленности не должна превышать двух спортивных разрядов. В игровых видах спорта комплектование тренировочных групп производится с учетом композиции функциональных классов в команде в соответствии с правилами соревнований.

4.3. Группа, к которой относится спортсмен, определяется в зависимости от степени функциональных возможностей.

К группе III относятся лица, у которых функциональные возможности ограничены незначительно, в связи с чем, они нуждаются в относительно меньшей посторонней помощи во время занятий или участия в соревнованиях.

К этой группе рекомендуется относить лиц, имеющих одно из перечисленных ниже поражений:

нарушение зрения (класс B3);

нарушение слуха, полная потеря слуха;

умственная отсталость выше 60 IQ (как правило, спортсмены INAS-FID),

ахондроплазия (карлики);

детский церебральный паралич (классы CP7-8);

высокая ампутация двух нижних конечностей (классы 57,58, соревнуются в креслах-колясках);

ампутация или порок развития:

а) одной нижней конечности ниже коленного сустава (класс A4), односторонняя ампутация стопы по Пирогову, в сочетании с ампутацией стопы на различном уровне с другой стороны (класс A3);

б) одной верхней конечности ниже локтевого сустава (класс A8), одной верхней конечности ниже локтевого сустава и одной нижней конечности ниже коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон) (класс A 9);

прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсмена в мере, сопоставимой с вышеперечисленными.

К группе II относятся лица, у которых функциональные возможности ограничиваются достаточно выраженными нарушениями. К этой группе рекомендуется относить лиц, имеющих одно из перечисленных ниже поражений:

нарушение зрения (класс B2);

детский церебральный паралич (классы CP5-CP6);

спинномозговая травма (классы 55,56 передвигаются в креслах-колясках);

ампутация или порок развития:

а) одной верхней конечности выше локтевого сустава (класс A6);

б) одной верхней конечности выше локтевого сустава и одной нижней конечности выше коленного сустава (с одной стороны или с противоположных сторон) (класс A9), двусторонняя ампутация предплечий (классы A5, A7);

прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсмена в мере, сопоставимой с вышеперечисленными.

К группе I относятся лица, у которых функциональные возможности ограничены значительно, в связи с чем, они нуждаются в посторонней помощи во время занятий или участия в соревнованиях. К этой группе рекомендуется относить лиц, имеющих одно из перечисленных ниже поражений:

полная потеря зрения (класс B1);

детский церебральный паралич (классы CP1-CP4, передвигающиеся в креслах-колясках);

спинномозговая травма (классы 51-54, передвигающиеся в креслах колясках);

ампутация или порок развития (классы A1, A2, A5):

а) двусторонняя ампутация бедер (передвигающиеся на протезах), односторонняя ампутация бедра с вычленением (передвигающиеся на протезах),

б) односторонняя ампутация бедра в сочетании с ампутацией стопы или голени с другой стороны, двусторонняя ампутация плеч, ампутация четырех конечностей;

прочие нарушения опорно-двигательного аппарата, ограничивающие функциональные возможности спортсмена в мере, сопоставимой с вышеперечисленными.

Подготовка спортивного резерва по адаптивным видам спорта может осуществлять с использованием инклюзивных методов и форм. Соотношение спортсменов с инвалидностью и ОВЗ со спортсменами с нормативным развитием (не имеющих физических и функциональных отклонений) должна быть 30%/70% соответственно, а так же разделов подготовки спортивного резерва в рамках программы должно быть не менее 30%/70%.

5. Локальные нормативные акты, регламентирующие реализацию программ подготовки спортивного резерва

Локальные нормативные акты, регламентирующие реализацию Программы – правовые документы, принятые в установленном порядке компетентным органом управления Организации, регулирующие внутриорганизационные отношения подготовки спортивного резерва, являются обязательными к исполнению всеми участниками отношений.

Локальные нормативные акты Организации не могут противоречить законодательству Российской Федерации.

Примерный перечень локальных нормативных актов, регламентирующих реализацию программ подготовки спортивного резерва:

порядок приема на программы подготовки спортивного резерва;

порядок проведения индивидуального отбора на программу подготовки спортивного резерва;

регламент работы приемной комиссии (апелляционной комиссии);

порядок перевода, отчисления спортсменов с программы подготовки спортивного резерва;

положение об учете результатов освоения спортсменами программ подготовки спортивного резерва;

положение о сетевой (кластерной) форме реализации программ подготовки спортивного резерва;

положение о тренерском совете;

положение о внутреннем контроле;

иные локальные нормативные акты.

Исполняющий обязанности
министра спорта
Красноярского края



С.И. Алексеев

Рекомендуемые показатели соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы подготовки, количество соревнований					
	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	Весь этап	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	
Контрольные	1*	1*	2*	2	2	3
Отборочные	-	-	-	1	2	2
Основные	-	-	-	1	1	1

* контрольные соревнования на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки включают в себя внутришкольную соревновательную деятельность по избранному виду спорта по упрощенным правилам или соревновательную деятельность, проводимую различными формами, для определения уровня специальной физической подготовленности, необходимой для конкретного вида спорта (дисциплины)

Таблица – 1 Рекомендуемые объемы тренировочной нагрузки

Показатели объема тренировочной нагрузки	Этапы подготовки					
	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	
Количество часов в неделю	3-6	3-6	8-9	10-12	14-18	18-24
Количество тренировок в неделю	3-6	3-6	4-6	5-6	5-6	6
Общее количество часов в год	108-312	108-312	288-468	360-624	588-936	936-1248

Таблица – 2 Рекомендуемые объемы тренировочной нагрузки по адаптивным видам спорта

Показатели объема тренировочной нагрузки	Этапы подготовки							
	Спортивно-оздоровительный этап		Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	
	До года	Свыше года	До года	Свыше года	До года/до двух лет	Свыше года/двух лет	До года	Свыше года
Спорт слепых								
Количество часов в неделю	2-4	2-4	4-6	4-6	8	8-14	15-16	17-18
Количество тренировок в неделю	2-4	2-4	2-3	2-3	4	4-6	6-7	7-9
Общее количество часов в год	72-144	72-144	144-216	144-216	336	336-588	780-832	884-936
Общее количество тренировок в год	72-144	72-144	72-108	72-108	168	168-252	252-364	364-468

Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата								
Количество часов в неделю	2-4	2-4	6	6	8-10	11-14	15-17	18-20
Количество тренировок в неделю	2-4	2-4	3	3	4-5	6-8	7-9	9-12
Общее количество часов в год	72-144	72-144	216	216	336-420	462-588	780-884	936-1040
Общее количество тренировок в год	72-144	72-144	108	108	168-210	252-336	364-468	468-624
Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями								
Количество часов в неделю	4	4	6	6	8-10	11-14	15-16	17-18
Количество тренировок в неделю	2-4	2-4	3	3	4-5	6-8	6-7	7-9
Общее количество часов в год	144	144	216	216	336-420	462-588	780-832	884-936
Общее количество тренировок в год	72-144	72-144	108	108	168-210	252-336	252-364	364-468
Спорт глухих								
Количество часов в неделю	2-4	2-4	6	8	10	12-14	16	18-20
Количество тренировок в неделю	2-4	2-4	3	4	5	6-7	7-8	9-12
Общее количество часов в год	72-144	72-144	216	336/288	420	504-588	832	936-1040
Общее количество тренировок в год	72-144	72-144	108	168/144	210	252-294	364-416	468-624

Примерный перечень тем для теоретической подготовки

1. История развития избранного вида спорта;
2. Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
3. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, нормы, требования и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние;
4. Основы спортивной подготовки;
5. Необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
6. Гигиенические знания, умения и навыки;
7. Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
8. Основы спортивного питания;
9. Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
10. Требования техники безопасности при занятиях избранным спортом.

Таблица 1 – Распределение спортсменов на группы в соответствии с функционально-медицинскими классами, установленными международными спортивными организациями инвалидов

Наименование международной спортивной организации инвалидов	Группы функционально-медицинских классов		
	Группа III	Группа II	Группа I
CP-ISRA (Международная ассоциация спорта и рекреации лиц с церебральным параличом)	CP7, CP8	CP5,CP6	CP1,CP2,CP3, CP4
IWAS (Международная спортивная ассоциация колясочников и ампутантов), объединившая две международные организации: ISMGF и ISOD	A3,A4,A8,A9, 57,58	A6,A7,55, 56	A1,A2,A5,51, 52,53,54
IBSA (Международная ассоциация спорта слепых)	B3	B2	B1
CISS (Международный спортивный комитет глухих)	Слабослышащие, полная потеря слуха		
INAS-FID (Международная спортивная ассоциация лиц с нарушением интеллекта)	+		
SOI (Международная специальная олимпиада для умственно отсталых лиц)		+	

Таблица 2 – Распределение спортсменов на группы в соответствии с функционально-медицинскими классами

№	Наименование	Группа III	Группа II	Группа I
1.	Армспорт	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, CP5, CP6	B1
2.	Бадминтон	A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS, FID, слабослышащие, глухие	A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	I, II, CP1, CP2, CP3, CP4
3.	Баскетбол, в т.ч на колясках	4, 5 балла, INAS – FID, слабослышащие, глухие	3,0; 3,5; 4,0 балла, SOI	1,0; 1,5; 2,0; 2,5 балла
4.	Биатлон	B3, LW2, LW3, LW4, LW6, LW8, слабослышащие, глухие	B2, LW5/7, LW9, LW12	B1, LW10; LW10,5; LW11; LW11,5

5.	Бильярд	A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	I, II, CP1, CP2, CP3, CP4
6.	Борьба вольная	B3, слабослышащие, глухие	B2	B1
7.	Борьба греко-римская	Слабослышащие, глухие		
8.	Боулинг	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS – FID, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	B1, I, II, CP1, CP2, CP3, CP4
9.	Бочче	A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	A1, III, IV, CP4, CP5V, CP3, CP6, SOI	BC1, BC2, BC3, BC4, I, II
10.	Велоспорт	B3, LC1, LC2, LC3, LC4, CP дивизион 4, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, дивизион 2, CP дивизион 3, HC дивизион C, SOI	B1, CP дивизион 1, HC дивизион A, HC дивизион B
11.	Водное поло	Слабослышащие, глухие		
12.	Волейбол	A, B, C, INAS – FID, слабослышащие, глухие	SOI	
13.	Волейбол пляжный	Слабослышащие, глухие		
14.	Волейбол сидя	Спортсмены с ампутациями и прочими поражениями опорно-двигательного аппарата		
15.	Гандбол	Слабослышащие, глухие		
16.	Гимнастика спортивная	B3, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, SOI	B1
17.	Гимнастика художественная	INAS - FID, слабослышащие, глухие	SOI	
18.	Гиревой спорт	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	B1, I, II, CP1, CP2, CP3, CP4
19.	Голбол	B3	B2	B1
20.	Горнолыжный спорт	B3, LW2, LW3/1, LW3/2, LW4, LW6/8, LW9/1, LW9/2, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, LW1, LW5/7, LW12/2, SOI	B1, LW10, LW11, LW12/1
21.	Городки	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	B1, I, II, CP1, CP2, CP3, CP4
22.	Гребля академическая	LTA (за исключением спортсменов классов B1, B2)	TA	A
23.	Дартс	A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS -	A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	I, II, CP1, CP2, CP3, CP4, 51, 52,

		FID, слабослышащие, глухие		53, 54
24.	Дзюдо	B3, слабослышащие, глухие	B2	B1
25.	Каратэ	Слабослышащие, глухие		
26.	Керлинг	A2, A3, A4, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, 57, 58 слабослышащие, глухие	A1, III, IV, V, CP5, CP6, 55, 56, SOI	I, II, CP1, CP2, CP3, CP4, 51, 52, 53, 54
27.	Конный спорт	B3, уровень IV, уровень III	B2, уровень II, SOI	B1, уровень I, SOI
28.	Легкая атлетика Трек Метания	T40, T44, T46, T37, T38, T13, слабослышащие, глухие F40, F44, F46, F37, F38, F13, слабослышащие, глухие	T42, T43, T45, T35, T36, T12, T20 F42, F43, F45, F35, F36, F12, F20, SOI	T51, T52, T53, T54, T32, T33, T34, T11, T51, F52, F53, F54, F55, F56, F57, F58, F32, F33, F34, F11
29.	Лыжные гонки	B3, LW2, LW3, LW4, LW6, LW8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, LW5/7, LW9, LW12, SOI	B1, LW10; LW10,5; LW11; LW11,5
30.	Парусный спорт	B3, классы 5, 6, 7	B2, класс 4	B1, классы 1, 2, 3
31.	Пауэрлифтинг	B3, A3, A4, CP7, CP8, спортсмены с ПОДА, относящиеся к категории "прочие", INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, A2, III, IV, V, 55, 56, CP5, CP6, SOI	B1, 53, 54, CP3, CP4
32.	Плавание	S13, SB13, SM13, S14, SB14, SM14, S8, S9, S10, SB8, SB9, слабослышащие, глухие	S12, SB12, SM S6, S7,12, S5, SB5, SB6, SB7, SOI	S11, SB11, SM11, S1, S2, S3, S4, B1, SB2, SB3, SB4
33.	Регби на колясках		2,5; 3,0; 3,5 балла	0,5; 1,0; 1,5; 2,0 балла
34.	Сноуборд	Слабослышащие, глухие		
35.	Спортивное ориентирование	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	B1, I, II, CP1, CP2, CP3, CP4
36.	Спортивный туризм	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	B1, I, II, CP1, CP2, CP3, CP4
37.	Стрельба из лука	ARST	ARW2	ARW1
38.	Стрельба пулевая	B3, A4, CP8, 57, 58, SH1, слабослышащие, глухие	B2, A3, 55, 56, SH2	B1, A1, A2, 53, 54, SH3
39.	Танцы на колясках		LWD2	LWD1
40.	Теннис настольный, в т.ч. на колясках	TT9, TT10, TT11 (INAS - FID), слабослышащие, глухие	TT6, TT7, TT8, SOI	TT1, TT2, TT3, TT4, TT5
41.	Теннис, в т.ч. на колясках	A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	A1, III, IV, V, CP5, CP6, SOI	Игроки "Quad", I, II, CP1, CP2, CP3, CP4

42.	Торбол	B3	B2	B1
43.	Тхэквондо	Слабослышащие, глухие		
44.	Фехтование на колясках	A	B	C
45.	Футбол	INAS - FID, слабослышащие, глухие	SOI	
46.	Футбол 5 x 5			B1
47.	Футбол 7 x 7	CP7, CP8	CP5, CP6	
48.	Футбол ампутантов	A2, A4, A6, A8		
49.	Футзал	B3, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, SOI	
50.	Шахматы	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, 57, 58, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, 55, 56, CP5, CP6, SOI	B1, I, II, 51, 52, 53, 54, CP1, CP2, CP3, CP4
51.	Шашки	B3, A2, A3, A4, A5, A6, A7, A8, A9, 57, 58, CP7, CP8, INAS - FID, слабослышащие, глухие	B2, A1, III, IV, V, 55, 56, CP5, CP6, SOI	B1, I, II, 51, 52, 53, 54, CP1, CP2, CP3, CP4

Таблица 1 – Рекомендуемые параметры по наполняемости тренировочных групп

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Периоды спортивной подготовки	Функциональные группы	Наполняемость групп (человек)
Спорт слепых					
Спортивно-оздоровительный этап	до 3-х лет	от 5-18 от 19 и старше	До года	III	6-8
				II	4-6
				I	2-3
			Свыше года	III	6-8
				II	4-6
				I	2-3
Этап начальной подготовки	до 3-х лет	7-9	До года	III	5-7
				II	3-5
				I	1-2
			Свыше года	III	5-7
				II	3-5
				I	1-2
Тренировочный этап (период базовой подготовки)	до 2-х лет	10-11	До года	III	4-6
				II	3-4
				I	1-2
			Второй год	III	4-6
				II	3-4
				I	1-2
Тренировочный этап (период спортивной специализации)	до 3-х лет	12-14	Третий год	III	4-6
				II	3-4
				I	1-2
			Четвертый и последующие годы	III	4-6
				II	3-4
				I	1-2
Этап совершенствования спортивного мастерства	Без ограничения	14 и старше	До года	III	2-3
				II	1-2
				I	1
			Свыше года	III	2-3
				II	1-2
				I	1
Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата					
Спортивно-оздоровительный этап	до 3-х лет	от 5-18 от 19 и старше	До года	III	6-8
				II	4-6
				I	2-3
			Свыше года	III	6-8
				II	4-6
				I	2-3
Этап начальной подготовки	до 3-х лет	7-9	До года	III	5-7
				II	3-5
				I	2-3

			Свыше года	III	5-7
				II	3-5
				I	2-3
Тренировочный этап (период базовой подготовки)	до 2-х лет	10-11	До года	III	4-5
				II	2-3
				I	1-2
			Второй год	III	4-5
				II	2-3
				I	1-2
Тренировочный этап (период спортивной специализации)	до 3-х лет	12-14	Третий год	III	4-5
				II	2-3
				I	1-2
			Четвертый и последующие годы	III	4-5
				II	2-3
				I	1-2
Этап совершенствования спортивного мастерства	Без ограничения	14 и старше	До года	III	2-3
				II	1-2
				I	1
			Свыше года	III	2-3
				II	1-2
				I	1
Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями, спорт глухих					
Спортивно-оздоровительный этап	до 3-х лет	от 5-18 от 19 и старше	До года	III	7-9
			Свыше года	III	7-9
Этап начальной подготовки	до 3-х лет	7-9	До года	III	6-8
			Свыше года	III	6-8
Тренировочный этап (период базовой подготовки)	до 2-х лет	10-11	До года	III	5-7
			Второй год	III	5-7
Тренировочный этап (период спортивной специализации)	до 3-х лет	12-14	Третий год	III	4-6
			Четвертый и последующие годы	III	4-6
Этап совершенствования спортивного мастерства	Без ограничения	14 и старше	До года	III	2-3
			Свыше года	III	1-2