

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА
«АВАНГАРД»**

СОГЛАСОВАНО
на заседании Методического совета
МБУ ФСО «СШОР «Авангард»

Протокол № 5-а
от «30» декабря 2019 года

УТВЕРЖДАЮ
Приказом директора
МБУ ФСО «СШОР «Авангард»
В.И. Колесников
Приказ № 125
от «31» декабря 2019 г.



**ПЛАН
ИНСТРУКТОРСКОЙ И
СУДЕЙСКОЙ ПРАКТИКИ
на 2020 спортивный сезон**


Коломенский г.о.

Одной из задач МБУ ФСО «СШОР «Авангард» в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта является подготовка спортсменов к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи.

Приобретение навыков судейства и самостоятельной практики проведения занятий является обязательным для всех групп подготовки и осуществляется с целью получения спортсменами звания судьи по спорту и последующего привлечения их к тренерской и судейской работе, а также имеет большое воспитательное значение – у спортсменов воспитывается вкус к наставничеству, сознательное отношение к тренировочному процессу и уважение к решениям судей.

Навыки организации и проведения занятий и соревнований приобретаются на всем протяжении многолетней подготовки в процессе теоретических занятий и практической работы в качестве помощника тренера, инструктора, помощника судьи, секретаря, самостоятельного судейства.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1.	Проведение тренировочных занятий в группах начальной подготовки или тренировочного этапа, составив при этом программу тренировки, отвечающую поставленной задаче	В течение года	Инструктор - методист
2.	Организация, проведение и участие в школьных и городских мероприятиях: Спортивно-развлекательная программа «Весёлые старты для групп начальной подготовки» по видам спорта Спортивно-развлекательные программы «Квест-игра», посвященные Дню города, Дню Здоровья и др. Участие в городском легкоатлетическом пробеге Участие в городской легкоатлетической эстафете Соревнования по баскетболу среди учащихся общеобразовательных школ Первенства СШОР «Авангард», Коломенского г.о. по видам спорта	В течение года	Тренеры, инструкторы- методисты
3.	Беседы и теоретические занятия на темы: «Терминология и командный язык для построения, отдачи рапорта проведения строевых и порядковых упражнений»; «Развитие физических качеств»; «Значение ЧСС в тренировочном процессе»; «Структура тренировочного занятия»; «Этапы спортивной подготовки»; «Виды соревнований»; «Основные правила соревнований»; «Основы разминки»; «Классификация физических упражнений» «Правила соревнований», «Этапы и циклы спортивной подготовки», «Ведение дневника спортсмена» «Составление конспекта тренировочного занятия» «Обязанности спортивного судьи» «Обязанности и права спортсмена на соревнованиях» и прочие по инициативе	В течение года	Тренеры, инструкторы- методисты
4.	Самостоятельное изучение специальной литературы, информации официальных интернет-источников	В течение года	Тренеры, инструкторы- методисты
5.	Подготовка и оформление информационного материала (сайт СШОР, стенды и т.п.)	В течение года	Тренеры, инструкторы- методисты
6.	Присуждение категорий «Юный спортивный судья», третья и вторая спортсменам	В течение года	Инструкторы-методисты

Зам. директора физкультурно-спортивной организации  Н.В.Дудакова