

Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1002

"Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "альпинизм"

(Зарегистрирован 16.12.2022 № 71596)

Приложение № 2
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«альпинизм», утвержденному приказом
Минспорта России
от «16» *ноября* 2022 г. № *1002*

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	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		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	14-18	20-24	24-32
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	728-936	1040-1248	1248-1664

Приложение № 1
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«альпинизм», утвержденному приказом
Минспорта России
от «16» марта 2022 г. № 1001

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)
Для спортивных дисциплин класс, скайраннинг			
Этап начальной подготовки	3	13	8
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	16	5
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	19	3
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	20	1
Для спортивной дисциплины ледолазание			
Этап начальной подготовки	2	10	8
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	12	5
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	3
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	1
Для спортивной дисциплины ски-альпинизм			
Этап начальной подготовки	3	10	8
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4-5	13	6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	17	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	20	2

Приложение № 5
к федеральному стандарту спортивной
подготовки по виду спорта
«альпинизм», утвержденному приказом
Минспорта России
от «16» *каждого* 2022 г. № *1002*

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 (%)	55-69	45-58	33-40	24-35	15-20	15-20
2.	Специальная физическая подготовка (%)	14-18	16-20	17-23	20-23	20-25	20-25
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	0-2	2-4	2-4	3-5	3-5
4.	Техническая подготовка (%)	10-14	16-20	22-28	26-30	28-35	28-35
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	7-12	11-16	14-21	18-25	20-29	20-29
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	-	1-2	1-3	1-3	2-4	2-4
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-3	2-3	3-5	3-5

15.1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

15.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;

на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

15.3. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.