

**Комитет молодежной политики, физической культуры и спорта
Администрации города Иванова
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
ДЕТСКО ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 11**

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
протокол № 6 от 25.08.2022

УТВЕРЖДЕНО
приказ № 01-08/23 от 25.08.2022



Директор

Т.А. Чернова

**Изменения и дополнения
к программе спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»
МБУ ДО ДЮСШ № 11**

Изменения и дополнения в программе спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт» в связи с введением нового федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24.02.2022 N 127 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.04.2022 регистрационный N 68067)

1. Минимальный возраст для зачисления и перевода в группы этапа начальной подготовки – 9 лет.
2. Для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этап спортивной специализации) необходимо наличие «второго юношеского разряда».
3. Допускается одновременное проведение тренировочных занятий с лицами, проходящими спортивную подготовку в группах на разных этапах спортивной подготовки, если:
объединенная группа состоит из лиц, проходящих спортивную подготовку на этапе начальной подготовки свыше одного года и тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) первого и второго года спортивной подготовки.
4. Соотношение видов подготовки в структуре тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "конный спорт" изложить в редакции согласно приложению N 1 к настоящим изменениям.
5. Требования к объему соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта "конный спорт" изложить в редакции согласно приложению N 2 к настоящим изменениям.
6. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки, изложить в редакции согласно приложению N 3 к настоящим изменениям.
7. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) изложить в редакции согласно приложению N 4 к настоящим изменениям.
8. Влияние физических качеств на результативность, изложить в редакции согласно приложению N 5 к настоящим изменениям.
9. Оборудование и спортивный инвентарь, необходимые для осуществления спортивной подготовки, изложить в редакции согласно приложению N 6 к настоящим изменениям.
10. Обеспечение спортивной экипировкой изложить в редакции согласно приложению N 7 к настоящим изменениям.
11. Перечень тренировочных мероприятий изложить в редакции согласно приложению N 8 к настоящим изменениям.

Приложение № 1

Соотношение видов спортивной подготовки в структуре тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»

Разделы подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	1 год	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании "конкур"					
Общая физическая подготовка (%)	27 - 33	20-23	17-23	15-23	12 - 18
Специальная					

физическая подготовка (%)	27 - 33	27 - 33	22 - 28	20 - 28	15 - 22
Техническая подготовка (%)	17 - 25	27 - 33	32 - 43	32 - 43	43 - 53
Теоретическая подготовка (%)	3-20	3-20	8-12	8-12	5-10
Тактическая подготовка (%)	5-8	6-10	8-15	10-17	10-18
Психологическая подготовка	-	-	1-4	2-6	4-8
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем названии "выездка"					
Общая физическая подготовка (%)	27-33	17-28	17-23	15-21	7-13
Специальная физическая подготовка (%)	27-33	27-33	20-28	20-28	18-28
Техническая подготовка (%)	17-28	27-33	35-43	37-43	45-53
Теоретическая подготовка (%)	3-20	3-20	6-12	6-12	5-11
Тактическая подготовка (%)	5-8	6-10	7-14	8-17	10-18
Психологическая подготовка	-	-	1-4	2-6	2-8

Приложение № 2

Требования к объему соревновательной деятельности на этапах спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»

Виды соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	
Контрольные	1	1	2	2	4
Отборочные	-	-	2	2	2
Основные	-	-	1	1	1

Приложение № 3

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки по виду спорта «конный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 30м	с	не более	
			6,2	6.4
	Бег на 1000м	мин, с.	не более	
			6,10	6,30
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (силовая выносливость)	количество раз	не менее	
			10	5
	Наклон вперед из положения стоя на	см	не менее	

	гимнастической скамье (от уровня скамьи) (гибкость)		+2	+3
	Челночный бег 3х10	с	не более	
			9,6	9,9
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			130	120
	Метание мяча весом 150 г	м	не менее	
			19	13
2. Нормативы специальной физической подготовки				
	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, после остановки пройти по прямой ровно (10 оборотов) (вестибулярная устойчивость)	с	не более	
			30	
	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах (не менее 5 с) (координационные способности)	с	не менее	
			5	
	Кувырок вперед	количество раз	не менее	
			1	
	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя (гибкость)	количество раз	не менее	
			1	

Приложение № 4

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «конный спорт»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1	Бег на 30м	с	не более	
			6,0	6.2
1.2	Бег на 1000м	мин, с.	не более	
			5.5	6,20
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (силовая выносливость)	количество раз	не менее	
			13	7
1.4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи(гибкость))	см	не менее	
			+4	+5
1.5	Челночный бег 3x10	с	не более	
			9,3	9.5
1.6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Вращение на двух ногах вокруг своей оси, глаза открыты, руки на поясе, 10 оборотов (после остановки пройти по прямой ровно) (вестибулярная устойчивость)	с	не более	
			25	
2.2	Стойка на одной ноге, глаза закрыты, руки скрещены, ладони на плечах (координационные способности)	с	не менее	
			7	

2.3	Седловка лошади	мин.	не более 20
2.4	Наклон вперед из положения сидя, ноги врозь (гибкость)	количество раз	не менее 20
2.5.	Кувырок вперед	количество раз	не менее 3
2.6	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа	
3. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «выездка»			
3.1.	Приседания без остановки (силовая выносливость)	количество раз	не менее 15
3.2	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя (гибкость)	количество раз	не менее 25
4. Нормативы специальной физической подготовки для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово «конкур»			
4.1	Приседание без остановки (силовая выносливость)	количество раз	не менее 20
4.2	Подъем ноги, согнутой в колене, из положения стоя (гибкость)	количество раз	не менее 25

Приложение № 5

Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта «конный спорт»

Физические качества и телосложение	Уровень влияния
Скоростные способности	1
Мышечная сила	2
Вестибулярная устойчивость	3
Выносливость	2
Гибкость	2
Координационные способности	3
Телосложение	1

Условные обозначения:

3 - значительное влияние;

2 - среднее влияние

Приложение № 6

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица № 1

N п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1.	Бич	штук	2
2.	Доска информационная	штук	1

3.	Дырокол для кожи	штук	1
4.	Корда	штук	2
5.	Развязки	штук	5
6.	Седелка	штук	5
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово "выездка"			
7.	Зеркало настенное для манежа	на крытый манеж штук	3
8.	Секундомер	штук	2
9.	Сборно-разборное ограждение для выездки	комплект	1
10.	Тумбы маркированные или указатели (буквы латинского алфавита)	комплект	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слово "конкур"			
11.	Препятствия тренировочные сборно-разборные	комплект	1
12.	Препятствия турнирные сборно-разборные	комплект	1
13.	Система электронного хронометража	комплект	1
14.	Тумбы маркированные или указатели (цифры)	комплект	2

Таблица N 2

N п/п	Наименование	Единица измерения	Этапы спортивной подготовки		
			Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства
			Количество		
1.	Автоматическая шагалка для лошадей	штук	-	-	1
2.	Автомобиль-коневоz на стационарной платформе	штук	-	-	1
3.	Автомобиль-тягач с прицепом на 2-4 лошади	штук	-	1	1
4.	Каток для обработки грунтового покрытия	штук	-	-	1
5.	Круговой манеж "бочка" для тренинга лошадей на корде	штук	-	-	1
6.	Видеотехника для записи и просмотра изображения	комплект	-	1	1
7.	Декоративные элементы для оформления площадки (фитодизайн)	комплект	-	1	1
8.	Звуковоспроизводящее и звукоусиливающее оборудование	штук	-	1	1
9.	Набор козовчных инструментов	штук	-	1	1
10.	Набор для уборки манежа (совок-скребок)	комплект	1	1	1
11.	Рулетка металлическая (50 м)	штук	-	1	1
12.	Сборно-разборное ограждение	штук	-	-	1

	для площадки				
13.	Установка-солярий для лошади	штук	-	-	1
14.	Электромегафон	штук	-	-	1

Таблица № 3

Животные, участвующие в спортивной подготовке						
п			Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки		
				этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства
					количество	
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "выездка", "конкур"						
1.	Лошадь	штук	на занимающегося	0,3 - 1	0,5 - 1	1-2

Приложение № 7

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица N 1

Спортивная экипировка для животных, участвующих в спортивной подготовке									
N п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки					
				Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Амортизатор под седло (в том числе гурты)	штук	на лошадь	1	1	1	1	2	1
2.	Бинты тренировочные	комплект	на лошадь	1	1	1	1	1	1
3.	Вальтрап тренировочный	штук	на лошадь	2	1	2	1	2	1
4.	Ногавки транспортировочные	комплект	на лошадь	-	-	1	1	1	1
5.	Ногавки тренировочные	комплект	на лошадь	1	1	1	1	1	1
6.	Оголовье специализированное в сборе	штук	на лошадь	-	-	1	1	1	1
7.	Оголовье трензельное в сборе	штук	на лошадь	1	1	1	1	1	1
8.	Подкова с креплением	комплект	на лошадь	-	-	1	1	1	1

9.	Попона дождевая	штук	на лошадь	-	-	1	1	1	1
10.	Попона зимняя	штук *	на лошадь	1	1	1	1	1	1
11.	Попона летняя	штук	на лошадь	1	1	1	1	1	1
12.	Попона сетчатая противомоскитная	штук	на лошадь	-	-	-	-	1	1
13.	Седло неспециализированное в сборе	штук	на лошадь	1	2	-	-	-	-
14. Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "выездка", «конкур»									
15.	Седло специализированное в сборе	штук	на лошадь	-	-	1	2	1	2
Спортивная экипировка для животных, участвующих в спортивных соревнованиях									
16	Бинты турнирные	комплект	на лошадь	-	-	1	1	1	1
17.	Вальтрап турнирный	штук	на лошадь	-	-	1	1	2	1
18.	Ногавки турнирные	комплект	на лошадь	-	-	1	1	1	1

Таблица N 2

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование									
N п/п	Наименование	Единица измерен ия	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки					
				Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствован ия спортивного мастерства	
				колич ество	срок эксплуата ции (лет)	количе ство	срок эксплуа тации (лет)	колич ество	срок эксплуата ции(лет)
Для лиц, проходящих спортивную подготовку, для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "выездка", "конкур"									
1.	Бриджи тренировочные	пар	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
2.	Кроссовки	пар	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
3.	Перчатки тренировочные	пар	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
4.	Сапоги (или краги с ботинками) тренировочные	пар	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
5.	Спортивный	штук	на	-	-	1	1	1	1

	костюм		занимающ егося						
6.	Хлыст	штук	на занимающ егося	1	1	1	1	1	1
7.	Шлем защитный	штук	на занимающ егося	1	1	1	1	1	1
8.	Шпоры	штук	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
Для лиц, проходящих спортивную подготовку и участвующих в спортивных соревнованиях, для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "выездка", "конкур"									
9.	Бриджи турнирные	пар	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
10.	Перчатки турнирные	пар	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
11.	Сапоги (или краги с ботинками) турнирные	пар	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1
12.	Фрак или редингот	штук	на занимающ егося	-	-	1	1	1	1

Приложение № 8

Перечень тренировочных мероприятий

N п/п	Вид тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество дней)			Число участников, тренировочного мероприятия
		Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	
1. Тренировочные мероприятия по подготовке к соревнованиям					
1.1.	Тренировочные мероприятия по подготовке к международным соревнованиям	-	18	21	Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
1.2.	Тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам, первенствам России	-	14	18	
1.3.	Тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским	-	14	18	

	соревнованиям				
1.4.	Тренировочные сборы по подготовке к официальным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	
2. Специальные тренировочные мероприятия					
2.1.	Тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	Не менее 70% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.2.	Восстановительные тренировочные мероприятия	-	До 14 дней	-	Участники соревнований
2.3.	Тренировочные мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	До 5 дней, но не более 2 раз в год	-	В соответствии с планом комплексного медицинского обследования
2.4.	Тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 дня подряд и не более двух тренировочных мероприятий в год	-	-	Не менее 60% от состава группы лиц, проходящих спортивную подготовку на определенном этапе
2.5.	Просмотровые тренировочные мероприятия для кандидатов на зачисление в образовательные учреждения среднего профессионального образования, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта	-	До 60 дней	-	В соответствии с правилами приема