



Министерство спорта Российской Федерации  
ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва»

# Спорт-онлайн Опыт «дистанта»



**Титова Н.А.**

*Заместитель директора  
– руководитель Центра методического  
обеспечения спортивной подготовки*



# Первоочередные меры



• В соответствии с приказом органов исполнительной власти в сфере ФКиС в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, тренировочные мероприятия, проводимые в очной форме, отменены

• Все государственные и муниципальные объекты спорта закрыты для приема посетителей, в том числе для осуществления спортсменами спортивной подготовки на всех этапах подготовки

• Отменены, либо перенесены на более поздний срок все официальные физкультурные и спортивные мероприятия, запланированные к проведению на региональных территориях в 2020 году

• Отменены выезды региональных спортивных сборных команд и делегаций за пределы субъектов РФ



# Управленческие решения, необходимые для работы в новом формате



- Внесены необходимые изменения в программы спортивной подготовки, графики тренировочного процесса и расписание тренировочных занятий с учетом обеспечения возможности использования дистанционных технологий

- Проведена разъяснительная работа со спортсменами и их родителями (законными представителями) о необходимости профилактических мероприятий по недопущению распространения новой коронавирусной инфекции
- Осуществляется текущий контроль за местонахождением воспитанников спортивных организаций

- Размещены на официальном сайте спортивной школы планы (конспекты) по видам подготовки на этапах спортивной подготовки тренеров учреждения, размещает расписание выхода в эфир онлайн тренировок тренеров



## Работа со спортсменами происходит в дистанционном режиме с использованием электронных ресурсов и мессенджеров



Viber, WhatsApp

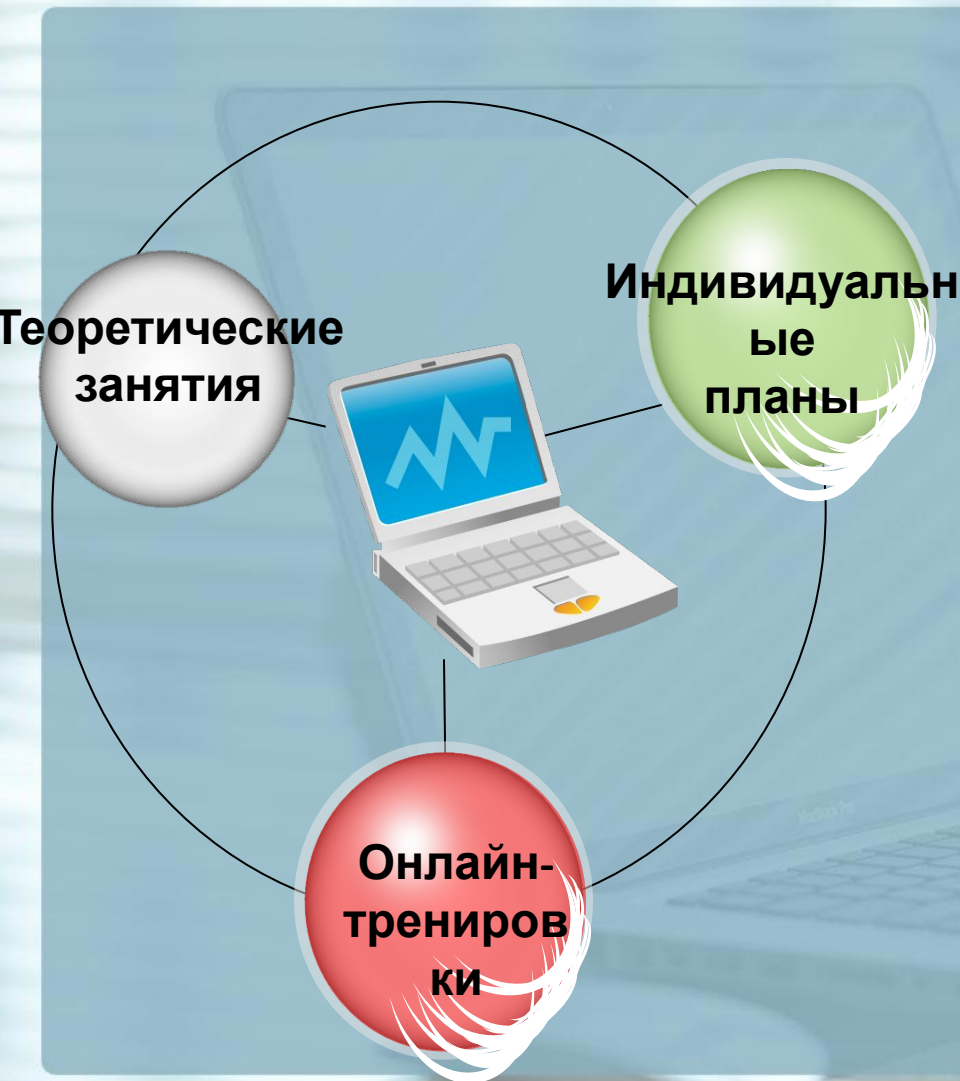
Instagram, Telegram

Skype, Zoom

В целях упрощения восприятия информации, например, в Башкортостане дополнительно была разработана «**Инфографика**», а также в некоторых регионах РФ осуществляется деятельность по созданию платформ для онлайн-спорта и мобильных приложений для спортсменов и любителей



# Виды занятий



## Описание

### Вид 1

- самостоятельные тренировки, согласно разработанным индивидуальным планам
- корректировка плана через консультации с тренером и др.
- занятия на свежем воздухе

### Вид 2

- индивидуальные онлайн-тренировки
- групповые онлайн-тренировки
- консультации с тренером
- онлайн-сборы и др.

### Вид 3

- теория тренировочного процесса, гигиена и самоконтроль и т.д.
- изучение правил соревнований
- теория с видео-просмотром технико-тактических действий, анализ
- онлайн-обучение на сайте РУСАДа и др.



# Виды контроля



Группа



## **Фото/видео отчеты**

ежедневные,  
Еженедельные,  
за конкретное  
задание,  
самоконтроль  
спортсменов при  
выполнении  
заданий



Группа



## **Дневники спортсмена,**

где фиксируются  
показатели  
тренировок: время  
работы,  
выполняемые  
упражнения,  
нагрузка, оценка  
самочувствия



Группа



## **Мониторинг**

показателей и  
оценка  
реакций организма  
спортсменов на  
нагрузки в ходе  
занятий, а также  
анализ динамики  
спортивных  
результатов



Группа



## **Тесты**

система тестов на  
основе  
составления  
вопросов из  
перечня тем  
теоретической  
подготовки

Конспекты и видео тренировочных занятий, спортивные дневники занимающихся, ответы на тесты и журнал учета работы тренера – это необходимый минимум, который является подтверждением реализации программы спортивной подготовки





# Министерство спорта Российской Федерации

ФГБУ «Федеральный центр подготовки  
спортивного резерва»



**НПА**

**Онлайн-  
тренировки  
и  
соревнован  
ия**

**Обучени  
е**

**ВКС**





# Министерство спорта Российской Федерации ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва»



**МИНИСТЕРСТВО  
СПОРТА  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(Минспорт России)**

**МИНИСТР**

Басманов ул., д. 18, Москва, 105064  
Тел.: (495) 720-33-93, (495) 925-72-51  
Факс: (495) 925-05-51

ОКПО 00050003, ОГРН 1127746520824  
ИНН / КПП 770271/21/770601001

от «05» мая 2020 г. № 0011-00-07/2020  
На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2020 г.

Высшим должностным лицам  
(руководителям высших  
исполнительных органов  
государственной власти) субъектов  
Российской Федерации  
  
(по списку)

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации от 11 мая 2020 года № 316 «Об определении порядка продления действия мер по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия населения в субъектах Российской Федерации в связи с распространением новой коронавирусной инфекции COVID-19» Министерство спорта Российской Федерации направляет для использования в работе рекомендации субъектам Российской Федерации по поэтапному снятию ограничительных мероприятий в отрасли физической культуры и спорта в условиях эпидемического распространения COVID-19 в соответствии с методическими рекомендациями Роспотребнадзора МР 3.1.0178-20 от 08.05.2020 г.

Считаем важным на первом этапе предоставить жителям регионов возможность индивидуально заниматься физической культурой на открытом воздухе с использованием доступной спортивной инфраструктуры (с соблюдением требований социальной дистанции и с использованием средств индивидуальной защиты).

Просим также обратить внимание на актуальность возобновления тренировочных мероприятий членов сборных команд России и субъектов Российской Федерации на региональных спортивных объектах при условии соблюдения требований Роспотребнадзора.

Приложение: на 3 л., в 1 экз.

*С уважением,*

О.В. Матыцин

Иск. № 001-07/2020/17  
Тел: (495) 925-33-94

МИНСПОРТ РОССИИ  
Иск. № 001-07/2020/17  
От 14.05.2020

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(МИНСПОРТ РОССИИ)**

## ПРИКАЗ

№ 10 - *впервые* - 20 20г.

г. Москва

№ 295

### О внесении изменений в положение о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденное приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20 февраля 2017 г. № 108

В соответствии с частью 8 статьи 22 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2008, № 30 (ч. II), ст. 3616) и подпунктом 4.2.4 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19 июня 2012 г. № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525), п р и к а з ы ю:

1. Внести изменения в положение о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденное приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20 февраля 2017 г. № 108 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 21 марта 2017 г., регистрационный № 46058), с изменениями, внесенными приказами Министерства спорта Российской Федерации от 1 июня 2017 г. № 479 «О внесении изменений в приказ Министерства спорта Российской Федерации от 20 февраля 2017 г. № 108 «Об утверждении положения о Единой всероссийской спортивной классификации» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 28 июля 2017 г., регистрационный № 47557), от 16 февраля 2018 г. № 143 «О внесении изменений в положение о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденное приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20 февраля 2017 г. № 108» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 15 марта 2018 г., регистрационный № 50370), от 26 октября 2018 г. № 913 «О внесении изменений в положение о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденное приказом Министерства спорта Российской Федерации от 20 февраля 2017 г. № 108» (зарегистрирован Министром России 19 ноября 2018 г., регистрационный

МИНСПОРТ РОССИИ  
Иск. № 295  
От 10.04.2020 г.



Федеральный центр подготовки спортивного резерва  
20 мая в 9:19

Продолжается образовательная онлайн-программа «Современное антикризисное решение для спорта»

С целью поддержки специалистов спортивной отрасли в период пандемии и самоизоляции образовательный проект SportB2B Lab при поддержке Министерства спорта Российской Федерации реализовывает образовательную онлайн-программу «Современное антикризисное решение для спорта».

Цикл из бесплатных обучающих вебинаров по актуальным темам проводился в апреле и мае этого года и продолжится в июне. Программа получила большой отклик в регионах страны – в ней уже приняли участие более 15 000 человек.

«Режим самоизоляции открывает новые возможности, в том числе для повышения компетенций специалистов спортивной отрасли, – отмечает Министр спорта Российской Федерации Олег Матыцин. – Данная образовательная программа позволит всем заинтересованным спортивным организациям оперативно наладить процессы и обеспечить поэтапный переход к полноценному рабочему режиму, но уже с новым опытом и знаниями, приобретенными за период карантина. Наша задача – выйти из кризиса со свежими силами, идеями, действуя системно и профессионально.»

Онлайн-программа «Современное антикризисное решение для спорта» в июне включает восемь онлайн-семинаров по актуальным темам отрасли:



# Министерство спорта Российской Федерации ФГБУ «Федеральный центр подготовки спортивного резерва»



Федеральный центр подготовки спортивного резерва  
19 мая в 10:02

При поддержке Минспорта России 20 мая пройдёт вебинар «Регионы в кризис»

В среду, 20 мая Международная выставка Sports World в МВЦ «Крокус-Экспо» и издание «СБК. Спорт Бизнес Консалтинг» при поддержке Министерства спорта Российской Федерации проведут вебинар «Регионы в кризис», посвящённый спортивной жизни в регионах страны в период коронавирусной инфекции COVID-19 из цикла «Спорт против кризиса».



Федеральный центр подготовки спортивного резерва  
18 мая в 9:50

Ушу. Чемпионат и первенство России проходят в онлайн-формате

В период временной приостановки проведения спортивных соревнований в связи с пандемией коронавирусной инфекции COVID-19 Федерация ушу России впервые проводит Чемпионат и Первенство России по ушу в онлайн-формате. Соревнования приурочены к 75-летию Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.

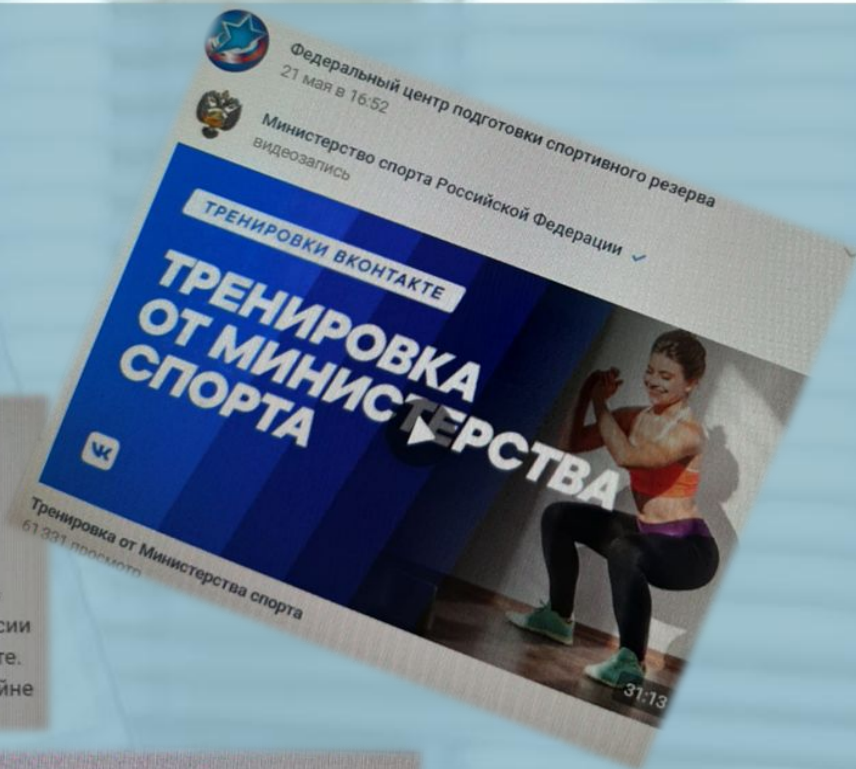


Федеральный центр подготовки спортивного резерва  
18 мая в 11:04

Шахматы. «Сириус» и Владимир Крамник запускают онлайн-школу

С 18 по 24 мая знаменитые шахматисты, педагоги Образовательного центра «Сириус», проведут открытые онлайн-занятия Школы шахмат Владимира Крамника в YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=wsbQBfvyNYU&featu..>  
Показать полностью...

Школа шахмат в «Сириусе». Обращение Владимира Крамника





# Виды физкультурно-спортивных мероприятий



Организация онлайн-занятий спортом посредством размещения информационных материалов по ведению ЗОЖ, самоорганизации тренировок и питания  
Проведение самостоятельных практических и обучающих занятий по подготовке к сдаче норм ГТО (например, региональный проект «Трофи ГТО»)

**Проекты ЗОЖ**

**Онлайн-турниры**

Для населения и спортсменов

В

**ВФКС ГТО**

**Всероссийские и международные онлайн-соревнования**

Например, по видам спорта, наиболее приспособленные для онлайн-режима: компьютерный спорт, функциональное многоборье, ЗОЖ, шахматы и др.  
Например, международный онлайн-чемпионат по спортивной аэробике (соло) «Лучше всех», а также Чемпионат и Первенство России по ушу