

Проект федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт (далее – ФССП) разработан на основании Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2008, № 30 (ч. 2), ст. 3616, № 52 (ч. 1), ст. 6236; 2009, № 19, ст. 2272, № 29, ст. 3612, № 48, ст. 5726, № 51, ст. 6150; 2010, № 19, ст. 2290, № 31, ст. 4165, № 49, ст. 6417; № 51 (ч. 3), ст. 6810; 2011, № 9, ст. 1207, № 17, ст. 2317, № 30 (ч. 1), ст. 4596, № 45, ст. 6331, № 49 (ч. 5), ст. 7062, № 50, ст. 7354, № 50, ст. 7355, 2012, № 29, ст. 3988, № 31, ст. 4325, № 50 (ч. 5), ст. 6960, № 53 (ч. 1), ст. 7582) и Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525) и определяет условия и требования к спортивной подготовке в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

I. Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки

1. Программа спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт (далее - Программа) структурно должна содержать:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- нормативную часть;
- методическую часть;
- систему контроля и зачетные требования;
- перечень информационного обеспечения;
- план физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

1.1. На титульном листе Программы должны быть указаны:

- наименование вида спорта;
- наименование организации, осуществляющей спортивную подготовку;
- название Программы;
- название федерального стандарта спортивной подготовки, на основе которого разработана Программа;
- срок реализации Программы;
- год составления Программы.

1.2. В пояснительной записке Программы дается характеристика вида спорта, его отличительные особенности и специфика организации тренировочного процесса, излагается структура системы многолетней подготовки (этапы, уровни, дисциплины).

1.3. нормативная часть Программы должна содержать:

- продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт (Приложение №1 к настоящему ФССП);

- соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт (Приложение №2 к настоящему ФССП);
- планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта танцевальный спорт (Приложение №3 к настоящему ФССП);
- режимы тренировочной работы;
- медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;
- предельные тренировочные нагрузки;
- минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;
- требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;
- требования к количественному и качественному составу групп подготовки;
- объем индивидуальной спортивной подготовки;
- структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

1.4. Методическая часть Программы должна содержать:

- рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований;
- рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;
- рекомендации по планированию спортивных результатов;
- требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;
- программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды подготовки;
- рекомендации по организации психологической подготовки;
- рекомендации по организации специальной музыкальной подготовки;
- планы применения восстановительных средств;
- планы антидопинговых мероприятий;
- планы инструкторской и судейской практики.

1.5. Система контроля и зачетные требования Программы должны включать:

- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта танцевальный спорт (Приложение .4 к настоящему ФССП);
- требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку на следующий этап спортивной подготовки;
- виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;
- комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

1.6. Перечень информационного обеспечения Программы должен включать: список литературных источников, перечень аудиовизуальных средств, перечень Интернет-ресурсов, необходимые для использования в работе лицами, осуществляющими спортивную подготовку и при прохождении спортивной подготовки лицами, проходящими спортивную подготовку.

1.7. План физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий формируется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, 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.

II. Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы с учетом возраста, пола лиц, проходящих спортивную подготовку и особенностей вида спорта танцевальный спорт

2. Нормативы по видам спортивной подготовки и их соотношение на этапах спортивной подготовки в группах, занимающихся видом спорта танцевальный спорт, включают в себя:

2.1. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки (Приложение №5 к настоящему ФССП).

2.2. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) (Приложение №6 к настоящему ФССП).

2.3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства (Приложение №7 к настоящему ФССП).

2.4. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства (Приложение № 8 к настоящему ФССП).

2.5. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки (Приложение № 9 к настоящему ФССП).

III. Требования к участию лиц, проходящих спортивную подготовку, и лиц, ее осуществляющих, в спортивных соревнованиях, предусмотренных в соответствии с реализуемой программой спортивной подготовки

3. Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

- соответствие возраста и пола участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях и правилам вида спорта танцевальный спорт;
- соответствие уровня спортивной квалификации участника положению (регламенту) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта танцевальный спорт;
- выполнение плана спортивной подготовки;
- прохождение предварительного соревновательного отбора;

- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

4. Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с содержащимся в Программе планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях и спортивных мероприятиях.

IV. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

5. Результатом реализации Программы является:

5.1. На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта танцевальный спорт;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта танцевальный спорт.

5.2. На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта танцевальный спорт;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

5.3. На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- повышение функциональных возможностей организма спортсменов;
- совершенствование общих и специальных физических качеств, технической, тактической и психологической подготовки;
- стабильность демонстрации высоких спортивных результатов на региональных и всероссийских официальных спортивных соревнованиях;
- поддержание высокого уровня спортивной мотивации;
- сохранение здоровья спортсменов.

5.4. На этапе высшего спортивного мастерства:

- достижение результатов уровня спортивных сборных команд Российской Федерации;
- повышение стабильности демонстрации высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

6. Для обеспечения этапов спортивной подготовки организации, осуществляющие спортивную подготовку, используют систему спортивного отбора, представляющую собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения высоких спортивных результатов.

Система спортивного отбора включает:

а) массовый просмотр и тестирование детей, юниоров, юношей и девушек с целью ориентирования их на занятия спортом;

б) отбор перспективных юных спортсменов для комплектования групп общей спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт;

в) просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на тренировочных сборах и соревнованиях.

7. Максимальный возраст лиц, проходящих спортивную подготовку по Программе на этапе высшего спортивного мастерства, не ограничивается.

8. Образовательные организации, реализующие образовательные программы в области физической культуры и спорта для наиболее перспективных выпускников, могут предоставить возможность прохождения спортивной подготовки на своей базе сроком до четырех лет (до 10% от количества обучающихся).

V. Особенности осуществления спортивной подготовки

по отдельным спортивным дисциплинам по виду спорта танцевальный спорт

9. Особенности осуществления спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт определяются в Программе и учитываются при:

- составлении планов спортивной подготовки, начиная с тренировочного этапа (этапа спортивной специализации);
- составлении плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

10.1. Тренировочный процесс в организации, осуществляющей спортивную подготовку, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

10.2. Тренировочный процесс осуществляется в соответствии с перечнем спортивных дисциплин по виду спорта танцевальный спорт:

- спортивные пары – европейская программа;
- спортивные пары – латиноамериканская программа;
- спортивные пары – двоеборье;
- спортивные пары – секвей, европейская программа;
- спортивные пары – секвей, латиноамериканская программа;
- ансамбли - европейская программа;
- ансамбли - латиноамериканская программа;

11.1. Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

11.2. На всех этапах спортивной подготовки по танцевальному спорту допускается привлечение тренеров-преподавателей по хореографии, гимнастике, музыкальной грамоте и дуэтному танцу.

12. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

13.1. Для проведения занятий на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера (тренера-преподавателя) по виду спорта танцевальный спорт допускается привлечение дополнительно второго тренера (тренера-преподавателя) по общефизической и специальной физической подготовке при условии их одновременной работы с лицами, проходящими спортивную подготовку.

13.2. Допускается привлечение режиссера балетмейстера, постановщика произвольных программ для ансамблей и секвоя, художника-модельера и мастера по изготовлению специальной экипировки – костюмов.

14. Для обеспечения непрерывности круглогодичного процесса спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем тренировочных сборов (Приложение №10 к настоящему ФССП).

15. Порядок формирования групп спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт определяется организациями, осуществляющими спортивную подготовку, самостоятельно.

16. Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.

17. С учетом специфики вида спорта танцевальный спорт определяются следующие особенности спортивной подготовки:

- комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с гендерными и возрастными особенностями развития;
- в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований, подготовка по виду спорта танцевальный спорт осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности в целях сохранения здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку.

VI. Требования к условиям реализации программ спортивной подготовки, в том числе кадрам, материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям

18. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, должны обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программ, в том числе кадрам, материально-технической базе, инфраструктуре, и иным условиям, установленным настоящим ФССП.

19. Требования к кадрам организаций, осуществляющих спортивную подготовку:

19.1. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от

15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054) (далее – ЕКСД), в том числе следующим требованиям:

- на этапе начальной подготовки – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее одного года;
- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – наличие высшего профессионального образования и стажа работы по специальности не менее трех лет.

19.2. Лица, не имеющие специальной подготовки или стажа работы, установленных в разделе «Требования к квалификации» ЕКСД, но обладающие достаточным практическим опытом и выполняющие качественно и в полном объеме возложенные на них должностные обязанности, по рекомендации аттестационной комиссии назначаются на соответствующие должности так же, как и лица, имеющие специальную подготовку и стаж работы.

19.3. Количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных и иных сооружений, на которых осуществляется реализация Программы.

20. Требования к материально-технической базе и инфраструктуре организаций, осуществляющих спортивную подготовку, и иным условиям:

- наличие паркетной танцевальной площадки размером не менее 10 x 12 метров;
- для проведения тренировочного процесса ансамблей рекомендуется использование танцевальной площадки размером минимум 18 x 18 м в соответствии со спецификой соответствующих спортивных дисциплин;
- наличие аудио и видео аппаратуры;
- допускается наличие хореографического спортивного зала, оборудованного хореографическими поручнями и зеркалами, установленными на одной из стен вертикально от пола до отметки не ниже 2 метров;
- допускается наличие игрового зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского кабинета, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 г. № 613н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий» (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010 г., регистрационный №18428);
- допускается наличие швейно-костюмерного цеха для изготовления костюмов и обеспечения спортсменов специальными костюмами с учетом специфики спортивных дисциплин;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки (Приложения №11 и №12 к настоящему ФССП);
- обеспечение спортивной экипировкой (Приложение №13 к настоящему ФССП);

- обеспечение проезда к месту проведения спортивных мероприятий и обратно;
- обеспечение питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий за счет средств, выделенных организации на выполнение государственного (муниципального) задания на оказание услуг по спортивной подготовке, либо средств, получаемых по договору оказания услуг по спортивной подготовке;
- осуществление медицинского обеспечения лиц, проходящих спортивную подготовку, в том числе организацию систематического медицинского контроля, за счет средств, выделяемых организации, осуществляющей спортивную подготовку, на выполнение государственного (муниципального) задания на оказание услуг по спортивной подготовке либо получаемых по договору об оказании услуг по спортивной подготовке.

Приложение №1
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
спортсменов по виду спорта танцевальный спорт

Таблица № 1

**Продолжительность этапов спортивной подготовки,
минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и
минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах
на этапах спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт**

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	3	6	10-14
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	10	6-10
Этап совершенствования спортивного мастерства	Без ограничений	14	2-6
Этап высшего спортивного мастерства	Без ограничений	16	2

Приложение №2
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
спортсменов по виду спорта танцевальный спорт

Таблица № 2

**Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной
подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта танцевальный
спорт**

Разделы подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап Совершен - ствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До двух лет	Свыше двух лет	До двух лет	Свыше двух лет		
Общая физическая подготовка (%)	50	40	35	30	20	10
Специальная физическая подготовка (%)	15	20	20	20	20	20
Техническая подготовка (%)	15	20	20	20	20	20
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	10	10	10	10	10	10
Контрольные испытания, участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика (%)	10	10	10	15	20	30
Восстановительны е мероприятия	-	-	5	5	10	10

Приложение №3
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
спортсменов по виду спорта танцевальный спорт

Таблица №3

**Планируемые показатели соревновательной нагрузки (в год)
по виду спорта танцевальный спорт**

Виды соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До двух лет	Свыше двух лет	До двух лет	Свыше двух лет		
Муниципальные	8	6	3	2	2	1
Региональные	-	2	3	3	3	4
Чемпионаты и Первенства ФО, зональные	-	1	2	2	2	2
Всероссийские	-	-	2	2	3	4
Чемпионаты, Первенства и Кубки России	-	-	1	2	2	2
Международные	-	-	-	1	2	3
Всего соревнований за год	8	9	11	12	14	16

**Влияние физических качеств и телосложения на результативность
по виду спорта танцевальный спорт**

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

Условные обозначения:

3 – значительное влияние;

2 – среднее влияние;

1 – незначительное влияние.

Приложение №5
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
спортсменов по виду спорта танцевальный спорт

Таблица №5

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления в группы на этапе начальной подготовки**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мальчики	Девочки
Скоростные качества	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 70 прыжков за минуту)	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 80 прыжков за минуту)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)	Прыжок в длину с места (не менее 110 см)
	Прыжок в высоту с места (не менее 20 см)	Прыжок в высоту с места (не менее 15 см)
Гибкость	И.П. – стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не менее 15°)	И.П. – стойка ноги вместе, руки вверху, в замке. Отведение рук назад (не менее 30°)
Координационные способности	Равновесие на одной ноге, другую согнуть в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 4 секунд)	Равновесие на одной ноге, другую согнуть в сторону, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (удержание положения в течение 5 секунд)
Силовая выносливость	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 7 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 5 раз)
Танцевально-двигательная подготовка (или техническое мастерство)	Последовательное исполнение в паре 4-х танцев (по 2 минуты каждый)	

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления в группы на тренировочном этапе
(этапе спортивной специализации)**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Скоростные качества	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 120 прыжков за минуту)	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 120 прыжков за минуту)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)
	Подъем туловища из положения лежа (не менее 35 раз за 1 мин)	Подъем туловища из положения лежа (не менее 20 раз за 1 мин)
Скоростно-выносливые качества	Исполнение в паре основных базовых элементов танцев европейской и латиноамериканской программы в течение 2-х минут в установленных музыкальных ритмах	
Танцевально-двигательные качества (или техническое мастерство)	Последовательное исполнение в паре 5-ти европейских и 5-ти латиноамериканских танцев (по 2 минуты каждый)	
Спортивный разряд	Массовые спортивные разряды	

Приложение №7
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
спортсменов по виду спорта танцевальный спорт

Таблица №7

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления в группы на этапе совершенствования спортивного мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юниоры	Юниорки
Скоростные качества	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 170 прыжков за минуту)	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 160 прыжков за минуту)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)
	Подъем туловища из положения лежа (не менее 50 раз за 1 мин)	Подъем туловища из положения лежа (не менее 40 раз за 1 мин)
Скоростно-выносливые качества	Исполнение в паре основных базовых элементов и композиций танцев европейской или латиноамериканской программы в течение 2 мин. 15 сек в установленных музыкальных ритмах	
Танцевально-двигательные качества (или техническое мастерство)	Исполнение в паре композиций танцев европейской или латиноамериканской программы с использованием фигур и соединений повышенной сложности в усложненных ритмах	
Спортивный разряд	Кандидат в мастера спорта	

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для
зачисления в группы на этапе высшего спортивного мастерства**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юниоры, Мужчины	Юниорки, Женщины
Скоростные качества	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 190 прыжков за минуту)	Прыжки с вращением скакалки вперед (не менее 180 прыжков за минуту)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 230 см)	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)
	Подъем туловища из положения лежа (не менее 55 раз за 1 мин)	Подъем туловища из положения лежа (не менее 42 раз за 1 мин)
Скоростно-выносливые качества	Исполнение в паре основных базовых элементов и композиций танцев европейской или латиноамериканской программы в течение 2,5 минут в установленных музыкальных ритмах	
Танцевально-двигательные качества (или техническое мастерство)	Исполнение в паре композиций танцев европейской или латиноамериканской программы с использованием фигур и соединений повышенной сложности в усложненных ритмах	
Спортивное звание	Мастер спорта России	

Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						Этап высшего спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		
	До двух лет	Свыше двух лет	До двух лет	Свыше двух лет	До одного года	Свыше одного года	
Количество часов в неделю	6	9	12	18	24	28	28-32
Количество тренировок в неделю	3-4	3-4	4	6	8	10	10-12
Общее количество часов в год	312	468	624	936	1248	1456	1456-1664
Общее количество тренировок в год	156-208	156-208	208	312	416	520	520-624

Приложение №10
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
спортсменов по виду спорта танцевальный спорт

Таблица №10

Перечень тренировочных сборов

№ п/п	Вид тренировочных сборов	Предельная продолжительность сборов по этапам спортивной подготовки (количество дней)				Оптимальное число участников сбора
		Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства	
1. Тренировочные сборы по подготовке к соревнованиям						
1.1.	Тренировочные сборы по подготовке к международным соревнованиям	-	18	21	21	Определяется организацией, осуществляющей спортивную подготовку
1.2.	Тренировочные сборы по подготовке к чемпионатам, кубкам, первенствам России	-	14	18	21	
1.3.	Тренировочные сборы по подготовке к другим всероссийским соревнованиям	-	14	18	18	
1.4.	Тренировочные сборы по	-	14	14	14	

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

профессионального образования, осуществляющие деятельность в области физической культуры и спорта				
---	--	--	--	--

**Требования к материально-технической базе и инфраструктуре, как к
условию реализации программы спортивной подготовки по виду спорта
танцевальный спорт**

Материально-техническая база и инфраструктура, необходимая для реализации программы спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт должна включать федеральные и региональные учебно-тренировочные центры и базы подготовки команд, танцевальных пар, спортсменов-танцоров высокой квалификации по спортивным танцам; специализированные детско-юношеские школы и училища олимпийского резерва (СДЮШОР и УОР); центры спортивного танца; дворцы спорта с демонстрационными залами, спортивные клубы, государственные бюджетные образовательные учреждения, клубы культуры с танцевальными залами, физкультурно- и спортивно-оздоровительные комплексы (ФОК и СОК) при наличии специализированных танцзалов.

Существующая сеть перечисленных типов спортивных организаций, объектов и сооружений не может в полной мере обеспечить реализацию программы спортивной подготовки по танцевальному спорту, поэтому необходимо ее развитие путем создания и строительства новых спортивных школ и училищ, центров спортивного танца.

Центры спортивного танца должны иметь в своем составе специализированный зал спортивного танца, малый тренировочный зал, залы хореографии (не менее 2-х залов), тренажёрный зал или тренажёрное помещение, раздевалки для спортсменов-танцоров и зрителей, комнаты тренеров, комплекс обслуживающих и вспомогательных помещений, рекомендуется наличие швейно-костюмерной мастерской или лаборатории для разработки и изготовления специальной танцевальной экипировки(костюмов) для тренировочного процесса и соревнований.

Размер площади специализированного зала составляет 20 х 30 м и 42 х 24 м с учетом проведения соревнований; высота специализированных залов спортивного танца 6 м; единовременная пропускная способность (ЕПС) – 20 - 40 человек.

В специализированных залах спортивного типа с площадью 42 х 24 м при соответствующем обосновании, допускается устройство стационарных трибун для зрителей. За границей танцевальной площадки располагаются места для судей и тренеров, пространство для входа и выхода танцевальных пар.

Размеры малого тренировочного зала спортивного танца - 20 x 18 м, при высоте потолка 4,8 м, ЕПС – 14 человек.

Покрытие пола специализированного зала должно быть выполнено из высококачественного паркета.

При спортзалах необходимо размещать инвентарные комнаты площадью 6 – 8 м².

Размеры хореографических залов – 18 x 18 м, при высоте потолка 4,8 м, ЕПС – 24 человека.

Площадь тренажерного зала – 288 м² или тренажерного помещения - 180 м².

Состав и площади обслуживающих и вспомогательных помещений определяются в соответствии с действующими нормативами и заданием на проектирование, а также на основе методических указаний по составу и параметрам спортивных сооружений для танцевального спорта.

В состав помещений, обслуживающих спортсменов центра спортивного танца, следует включать дежурную гримерно-парикмахерскую (мужскую и женскую) Площадь дежурной гримерно-парикмахерской определяется из расчета - 2 м² на одно место ЕПС.

При специализированном зале спортивного типа предусматриваются раздевалки спортсменов-танцоров, создаваемые по типу артистических уборных. При ЕПС специализированного зала спортивного танца равной 40 человек рекомендуется 4 уборных (2 мужских и 2 женских) вместимостью 10 человек каждая. На каждую артистическую уборную рекомендуется предусматривать 1 санитарный узел площадью 6 – 8 м² (умывальник, туалет, душевая).

Гримёрно-парикмахерские следует размещать в непосредственной близости от раздевальных (уборных) спортсменов.

В составе центра предусматривается наличие медицинского кабинета, оборудованного в соответствии с приказом Минздравсоцразвития России от 09.08.2010 № 613н «Об утверждении Порядка оказания медицинской помощи при проведении физкультурных и спортивных мероприятий» (зарегистрирован Минюстом России 14.09.2010, регистрационный № 18428).

Освещение специализированного зала спортивного танца и малого тренировочного зала должно быть не менее 500 Люкс.

В свободное от основных занятий время залы центра спортивного танца рекомендуется использовать для проведения массовых культурных мероприятий, проведения молодежных вечеров, танцев, дискотек. Это повысит социально-экономическую эффективность функционирования центра спортивного танца и сократит сроки окупаемости затрат на его проектирование и строительство.

Детско-юношеские школы и училища олимпийского резерва, специализирующиеся по танцевальному спорту, или имеющие отделения подготовки спортсменов по танцевальному спорту должны иметь в своем

составе специализированный зал спортивного танца и малый тренировочный зал. В случае отсутствия одного или обоих залов использовать на договорных началах материально техническую базу центров спортивного танца; арендовать залы в районных и муниципальных культурных учреждениях, и спортивных объектах.

Для подготовки спортсменов по танцевальному спорту, соревнований, показательных выступлений также могут использоваться демонстрационные танцевальные залы дворцов спорта, а также все необходимые обслуживающие помещения (артистические уборные, раздевалки и т.д.), имеющиеся в их составе.

Для подготовки спортсменов по танцевальному спорту, командных сборов и тренировок также могут использоваться танцевальные залы, залы художественной гимнастики ФОК и СОК, государственных бюджетных образовательных учреждений, районных и городских клубов культуры при наличии соответствующей материально-технической базы.

Приложение №12
к Федеральному стандарту спортивной подготовки
спортсменов по виду спорта танцевальный спорт

Таблица №12

**Оборудование и спортивный инвентарь,
необходимый для прохождения спортивной подготовки**

Состав оборудования и инвентаря, необходимый для танцевального спорта устанавливается на основе «Табеля оснащения спортивных сооружений оборудованием и инвентарем» и включает: основное оборудование и инвентарь; дополнительное, вспомогательное оборудование и инвентарь; контрольно-измерительные и судейско-информационные средства; оборудование медицинского кабинета, медицинского поста.

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Скакалка гимнастическая	штук	14
2.	Коврик гимнастический	штук	14
3.	Палка гимнастическая	штук	14
4.	Утяжелители для рук	комплект	14
5.	Пояс утяжелительный	штук	14
6.	Утяжелители для ног	комплект	14
7.	Жилет с отягощением	штук	14
8.	Музыкальный центр (на одного тренера)	штук	1
Дополнительное и вспомогательное оборудование, спортивный инвентарь			
9.	Гантели массивные от 0,5 до 5 кг	комплект	6
10.	Зеркало 12 x 2 м	штук	1
11.	Станок хореографический	комплект	1
12.	Мяч футбольный	штук	2
13.	Мяч баскетбольный	штук	2
14.	Мяч волейбольный	штук	2
15.	Насос универсальный электрический	штук	1
16.	Игла для накачивания спортивных мячей	штук	3
17.	Мат гимнастический	штук	14

18.	Ковер гимнастический	штук	2
19.	Тренажер для развития мышц рук, ног, спины	штук	2
20.	Мяч набивной (медицинбол) 1,0 – 5,0 кг	комплект	3
21.	Перекладина гимнастическая	штук	1
22.	Помост тяжелоатлетический	штук	1
23.	Штанга тренировочная	штук	1
24.	Стенка гимнастическая	штук	7
25.	Обруч гимнастический	штук	14
26.	Измеритель скорости ветра	штук	1
27.	Термометр наружный	штук	2
Контрольно-измерительные и информационные средства			
1.	Видеокамера	комплект	1
2.	Видеотехника для записи и просмотра изображения	комплект	1
3.	Доска информационная	комплект	1
4.	Рулетка 20 м металлическая	штук	1
Компьютерное оборудование для обеспечения деятельности			
1.	Компьютеры	штук	2
2.	Принтеры	штук	2
3.	Сканеры	штук	2
4.	Микрофоны	штук	2
Дополнительное оборудование для подготовки и проведения соревнований			
1.	Компьютер, принтер, сканер, микрофоны	комплект	1
2.	Планшеты и ноутбуки для судейства	комплект	2
3.	Звуковое оборудование	комплект	1
4.	Световое оборудование	комплект	1

Продолжение таблицы № 12

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				этап начальной подготовки		тренировочный этап (этап спортивной специализации)		этап совершенствования спортивного мастерства		этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации и (лет)	количество	срок эксплуатации и (лет)	количество	срок эксплуатации и (лет)	количество	срок эксплуатации и (лет)
1.	Утяжелители для рук	комплект	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
2.	Утяжелители для ног	комплект	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
3.	Скакалка гимнастическая	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2
4.	Коврик гимнастический	штук	на занимающегося	-	-	1	2	1	2	1	2

Приложение № 13
к Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта
танцевальный спорт

Таблица №13

Обеспечение спортивной экипировкой

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				этап начальной подготовки		тренировочный этап (этап спортивной специализации)		этап совершенствования спортивного мастерства		этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
-1-	-2-	-3-	-4-	-5-	-6-	-7-	-8-	-9-	-10-	-11-	-12-
Обувь											
1.	Кроссовки для зала	пар	на занимающегося	–	–	1	1	2	1	2	1
2.	Кроссовки для улицы	пар	на занимающегося	–	–	1	1	2	1	2	1

-1-	-2-	-3-	-4-	-5-	-6-	-7-	-8-	-9-	-10-	-11-	-12-
3.	Танцевальная обувь для Стандарта	пар	на занимающегося	–	–	4	1	6	1	8	1
4.	Танцевальная обувь для Латины	пар	на занимающегося	–	–	4	1	6	1	8	1
Одежда											
1.	Кепка солнцезащитная	штук	на занимающегося	–	–	1	2	1	1	1	1
2.	Костюм ветрозащитный	штук	на занимающегося	–	–	–	–	1	2	1	2
3.	Костюм спортивный тренировочный	штук	на занимающегося	–	–	1	2	1	2	1	2
4.	Футболка (майка-полурукавка)	штук	на занимающегося	–	–	2	1	3	1	3	1
5.	Носки	пар	на занимающегося	–	–	2	1	4	1	6	1
6.	Носки утепленные	пар	на занимающегося	–	–	1	1	2	1	2	1

-1-	-2-	-3-	-4-	-5-	-6-	-7-	-8-	-9-	-10-	-11-	-12-
7.	Костюм спортивный парадный для выступления на соревнованиях	штук	на занимающегося	–	–	1	2	1	1	1	1
8.	Костюм танцевальный для выступлений на соревнованиях по Стандарту	штук	на занимающегося	–	–	2	1	3	1	4	1
9.	Костюм танцевальный для выступлений на соревнованиях по Латине	штук	на занимающегося	–	–	2	1	3	1	4	1

**Рекомендуемая нормативная, правовая и некоторая
дополнительная специальная литература**

1. Федеральный закон РФ от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с последними изменениями, внесенными на основании Федерального закона от 06.12.2011 г. № 412-ФЗ).
2. Постановление Правительства Российской Федерации от 07.03.1995 г. № 233 «Об утверждении типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования детей».
3. Приказ Госкомспорта РФ от 28 июня 2001 г. N 390 "Об утверждении Типового плана-проспекта учебной программы для спортивных школ (ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ и УОР)".
4. Приказ Минспорттуризма России от 09.03.2009 г. № 157 «Об утверждении содержания этапов спортивной подготовки». ГОСТ Р 52024-2003 от 18.03.2003 г. «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Общие требования» (Постановление Госстандарта России № 80-ст).
5. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации. – М.: Министерство спорта РФ, 2012.
6. В.П. Филин Теория и методика юношеского спорта – М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1987. Детская спортивная медицина: руководство для врачей / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. – М.: Издательство «Медицина», 1991. – 558 с.
7. СанПиН 1567-76 (от 08.06.2004 г.). Физкультура и спорт. Требования.
8. СанПиН 2.4.3.1186-03. О допуске к занятиям физической культурой и спортом и распределении занимающихся по группам.
9. СанПиН 2.4.4.1251-03. Детские внешкольные учреждения (учреждения дополнительного образования). Санитарно-эпидемиологические

- требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения).
10. СанПиН 1567-76 (от 08.06.2004 г.). Физкультура и спорт. Требования.
 11. Единая всероссийская спортивная классификация 2010-2013 гг.
 12. Приказ Минспорттуризма России от 22.12.2011 г. № 1634 «Об утверждении Федеральному государственному бюджетному учреждению «Федеральный научный центр физической культуры и спорта» государственного задания на оказание услуг (выполнение работ) на 2012 год и на плановый период 2013 и 2014 годов».
 13. Положение о детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ) и специализированной детско-юношеской спортивной школе олимпийского резерва (СДЮШОР). – М.: Советский спорт, 1987.
 14. ГОСТ Р 1.5-2004 «Стандартизация в Российской Федерации. Стандарты национальные Российской Федерации. Правила построения, изложения, оформления и обозначения» (Приказ Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 30.12.2004 г. № 155-ст).
 15. ГОСТ Р 52025-2003 от 18.03.2003 г. «Услуги физкультурно-оздоровительные и спортивные. Требования безопасности потребителей» (Постановление Госстандарта России № 81-ст).
 16. Современная система спортивной подготовки / Под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. – М.: Издательство СААМ, 1995.
 17. Всероссийский реестр видов спорта.
 18. СП 31-112-2004 Физкультурно-спортивные залы. Часть 2. Издательство «Советский спорт». М., - 85 с.
 19. Физкультурно-спортивные сооружения. Под редакцией Л.В. Аристовой. Спорт-Академ Пресс. М., 1999.-536 с.

20. Типологические основы проектирования сооружений развивающихся нетрадиционных видов спорта. Методические указания. Москомархитектура. М., 2001. -76 с.
21. Табель оснащения спортивных сооружений спортивным оборудованием и инвентарем. ВИСТИ. 2004. Издательство «Советский спорт». М., 2006. - 208 с.
22. “The Laird Technique of Latin Dancing” – Walter Laird, The Commemorative Edition 2009.
23. “Technique of Ballroom Dancing” – Guy Howard, 6-th Edition, 2011.
24. “Viennese Waltz”, B.D.C. Recommended version 2001.