

Введено в действие
Приказом директора
№ 162 от 7 августа 20 19 г.

Рассмотрено на тренерском совете
протокол № 10 от 27.03. 20 19 г.

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профкома

И.И. Громова

« 7 » августа 20 19 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

С.А. Комарова

« 7 » августа 20 19 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ЗАНИМАЮЩИХСЯ, КОЛИЧЕСТВЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ГРУППЕ, ИХ ВОЗРАСТНЫЕ КАТЕГОРИИ, А ТАКЖЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ В МУНИЦИПАЛЬНОМ АВТОНОМНОМ УЧРЕЖДЕНИИ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА №11»

I. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.08.2013 № 680 «Об утверждении Федерального стандарта по спортивной подготовки по виду спорта волейбол», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», письмо Министерства спорта России от 12.05.2014 года № 10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий занимающихся, количество занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в МАУ «СШОР №11» (далее – Учреждение).

II. Режим и продолжительность тренировочных занятий занимающихся

2.1. Тренировочный год в Учреждении начинается 1 сентября. Занятия в группах начальной подготовки первого года подготовки, формируемых в начале тренировочного года, начинаются по мере комплектования, но не позднее 1 октября.

2.2. Тренировочный процесс в Учреждении, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели, в том числе 46 недель непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным заданиям на основании федерального стандарта спортивной подготовки.

2.3. Годовой календарный тренировочный график на каждый тренировочный год утверждается приказом директора Учреждения.

2.4. Тренировочные занятия проводятся в 2 смены в соответствии с расписанием — понедельник – воскресенье.

2.5. Занятия начинаются не ранее 07.00 и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для

занимающихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 час.

2.6. Расписание тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению тренерского состава в целях установления оптимального и наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в образовательных и других учреждениях, с учетом возрастных особенностей занимающихся.

2.7. Продолжительность одного тренировочного занятия (тренировок) рекомендуется рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся следующей продолжительности:

на этапе начальной подготовки до 2 часов;

на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до 3 часов;

на этапах совершенствования спортивного мастерства до 4 часов

на этапе высшего спортивного мастерства до 4 часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий - до 8 академических часов.

Количество тренировок в неделю

Вид спорта	Этапы и годы спортивной подготовки									
	Начальной подготовки		Тренировочный (спортивной специализации)					Совершенствования спортивного мастерства		Высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	1	2	3	4	5	До года	Свыше года	Весь период
Волейбол	3-4	3-4	4-6	6-7	6-7	6-7	6-7	7-10	7-10	10-11

2.8. Число и продолжительность занятий в день составляет 2 раза по 45 минут для детей в возрасте от 9 лет.

2.9. Между первой и второй сменами организуется перерыв не менее 30-минутный для уборки и проветривания помещений.

2.10. Особенности определения объема недельной тренировочной нагрузки занимающихся с учетом этапов (периодов) подготовки (в академических часах):

Вид спорта	Этапы спортивной подготовки									
	Начальной подготовки		Тренировочный (спортивной специализации)					Совершенствования спортивного мастерства		Высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	1	2	3	4	5	До года	Свыше года	Весь период
Волейбол	6	9	12	12	16	18	18	24	28	32

2.11. Занимающиеся принимают участие в соревнованиях согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий Учреждения, который утверждается приказом директора Учреждения.

2.12. В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства Российской Федерации.

2.13. Организация летней оздоровительной кампании является продолжением тренировочного процесса. Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях (профилакториях и т.д.) и проводит тренировочные сборы в соответствии с приказом директора Учреждения.

2.14. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом директора Учреждения в соответствии с нормативно-правовыми документами региона.

III. Количество занимающихся в группе, их возрастные категории

3.1. Количество занимающихся в группе, их возрастные категории зависят от этапа (периода) подготовки, программы.

Вид спорта	Этапы спортивной подготовки									
	Начальной подготовки		Тренировочный (спортивной специализации)					Совершенствования спортивного мастерства		Высшего спортивного мастерства
	до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
Волейбол	15	14	12	12	12	12	12	10	10	8

3.2. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп по программам спортивной подготовки.

При этом необходимо соблюдать все, перечисленные ниже условия:

- разница в уровне подготовки занимающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный количественный состав объединенной группы, рассчитываемый в соответствии с таблицей:

Максимальный количественный состав группы (человек)

Вид спорта	Этапы спортивной подготовки									
	Начальной подготовки		Тренировочный (спортивной специализации)					Совершенствования спортивного мастерства		Высшего спортивного мастерства
	до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
Волейбол	25	20	14	14	12	12	12	10	10	8

Минимальный возраст для зачисления детей в Учреждение по следующим видам спорта составляет:

Вид спорта	Этап начальной подготовки	Тренировочный (спортивной специализации)	Совершенствования спортивного мастерства	Высшего спортивного мастерства
Волейбол	9 лет	12 лет	14 лет	14 лет