

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА “ИДЕЛЬ”» Г.КАЗАНИ

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ «СШОР “Идель”»
г.Казани

Р.К.Хафизов
«03» 09 2019 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий занимающихся, количестве занимающихся в группе, их
возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий

Принято тренерско-методическим советом
МБУ «СШОР “Идель”» г.Казани
«03» 09 2019 г.

г.Казань

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с 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 30.10.2015 №999.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий занимающихся, количество занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в МБУ «СШОР «Идель»» г.Казани (далее – Учреждение).

2. Режим и продолжительность тренировочных занятий занимающихся

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

2.2. В Учреждении используется следующая система организации тренировочного процесса:

реализация программ спортивной подготовки – круглогодичная организация, рассчитанная на 52 учебные недели, в том числе 46 недель непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным заданиям;

2.3. Годовой календарный план-график на каждый тренировочный год утверждается директором Учреждения.

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

2.5. Занятия начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для занимающихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов.

2.6. Расписание тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению тренерско-методического 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 при реализации программ спортивной подготовки, рассчитывается в академических часах (включая короткие перемены, динамическую паузу) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать:

на этапе начальной подготовки – 2 часа;

на тренировочном этапе до трех лет обучения – 3 часа;

на тренировочном этапе свыше трех лет обучения – 4 часа;

на этапах совершенствования спортивного мастерства (ССМ) и высшего спортивного мастерства (ВСМ) – 4 часа. При проведении более одного

тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

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

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

Вид спорта	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной		Тренировочный этап					Этап ССМ		Этап ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
Настольный теннис	4	6	9	12	14	16	18	18	24	28	36
Художественная гимнастика	4	6	9	12	14	16	18	18	24	28	36
Бокс	4	6	9	12	14	16			24	28	32
Спорт глухих (настольный теннис)	4	6	9	10	12	12	14	14	16	18	18

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

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

2.11. 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.

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

3. Количество занимающихся в группе, их возрастные категории

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

Вид спорта	Спортивно-оздоровительный	Этап начальной		Тренировочный этап					Этап ССМ		Этап ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
Настольный теннис	15	15	14	10	8	8	8	8	6	6	6
Художественная гимнастика	15	15	12	10	8	8	7	7	5	3	3

Бокс	15	15	14	12	10	10			6	5	3
Спорт глухих (настольный теннис)	16	16	10	10	9	9	8	8	6	6	4

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

При объединении в одну группу занимающихся по возрасту и спортивной подготовленности разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов, а их количественный состав на этапе высшего спортивного мастерства не должен превышать 8 человек, спортивного совершенствования – 12 человек, учебно-тренировочного – 16 человек для занимающихся свыше двух лет и 20 человек – для занимающихся менее двух лет с учетом Правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях и единовременной пропускной способности спортивного сооружения.

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

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Тренировочный этап</i>	<i>Этап ССМ</i>	<i>Этап ВСМ</i>
Настольный теннис	7	8	10	13
Художественная гимнастика	6	8	13	15
Бокс	10	12	15	17
Спорт глухих (настольный теннис)	7	8	10	13

3.4. При наличии необходимых условий Учреждение может осуществлять набор детей более раннего возраста (начиная с четырехлетнего возраста) на спортивно-оздоровительный этап при соблюдении следующих организационно-методических и медицинских требований:

наличии письменного заявления одного из родителей (законного представителя) ребенка;

отсутствие медицинских противопоказаний для занятий избранным видом спорта;

наличии программы, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;

наличии у тренера, привлечённого к работе с детьми раннего возраста, специальных курсов повышения квалификации или квалификационной категории.