

Рассмотрено и рекомендовано к
утверждению на заседании
тренерского совета протокол
№ 1 от «02»04.2019 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор «СШ «Юбилейный»
ММР РТ

Р.Р. Бадриев

Приказ директора

№ 36/110 от «02»04.2019 г.



П О Л О Ж Е Н И Е
о режиме занятий занимающихся, количестве занимающихся в группе,
их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных
занятий в муниципальном бюджетном учреждении
« Спортивная школа «Юбилейный»
Мензелинского муниципального района РТ

г. Мензелинск

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» 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», 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 спортивных организаций».

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий занимающихся, количество занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в муниципальном бюджетном учреждении « Спортивная школа «Юбилейный» Мензелинского муниципального района РТ.

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;

-реализация программ по спортивно-оздоровительной работе по видам спорта – 36 недель.

2.3. Годовой календарный учебный план-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 08.00 и заканчиваются не позднее

20.00 часов. Для занимающихся в возрасте 14 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов.

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 учреждениях, с учетом возрастных особенностей занимающихся.

2.7. Продолжительность одного тренировочного занятия при

реализации программ спортивной подготовки, рассчитывается в астрономических 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;

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

2.8. Количество занятий по программе спортивно-оздоровительной работы в спортивно-оздоровительных группах 2-3 раза в неделю. Число и продолжительность занятий в день составляет 1 раз до 45 мин для детей в возрасте до 8 лет; 2 раза по 45 минут – для остальных занимающихся.

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 обучающихся с учетом этапов (периодов) подготовки (в академических часах):

Вид спорта	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап				
		до года	свыше года	1	2	3	4	5
Плавание	4	6	9	12	14	16	18	20
Волейбол	4	6	9	12	12	16	18	18
Корэш	4	6	6	8	12	16	20	0
Спортивная аэробика	4	6	9	9	12	14	16	18

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.

3. Количество занимающихся в группе, их возрастные категории

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

Вид спорта	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап				
		до года	свыше года	1	2	3	4	5
Плавание	15	15	14	12	12	10	10	8
Волейбол	15	15	14	12	12	12	12	12
Корэш	20	16	14	12	12	10	8	0
Спортивная аэробика	15	15	12	10	10	9	8	7

3.2. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп:

- а) по программам спортивной подготовки;
- б) программа по спортивно-оздоровительной работе;

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, тренировочного - 16 человек для занимающихся свыше двух лет и 20 человек - для занимающихся менее двух лет с учетом Правил техники безопасности на тренировочных занятиях и единовременной пропускной способности спортивного сооружения.

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

Вид спорта	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап
Плавание	7 лет	9 лет
Волейбол	9 лет	12 лет
Спортивная аэробика	7 лет	10 лет
Корэш	10 лет	12 лет

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 общеразвивающей программы, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;
- наличии у тренера, привлечённого к работе с детьми раннего возраста, специальных курсов повышения квалификации.