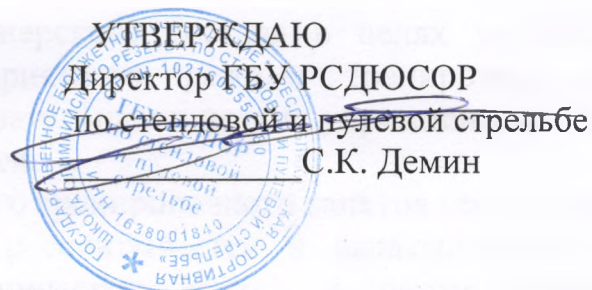


ПРИНЯТО на заседании  
Тренерского совета  
ГБУ РСЧСОР  
по стендовой и пулевой стрельбе  
протокол от 27.08.2019г. № 02



## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о режиме занятий занимающихся, количестве занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в Государственном бюджетном учреждении «Республиканская спортивная школа олимпийского резерва по стендовой и пулевой стрельбе»**

### **1. Общие положения**

Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «Стендовая стрельба» приказ № 349 от 16.04.2018г. Министерства спорта Российской Федерации, приказа Министерства спорта РФ от 19 января 2018 г. № 35 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «пулевая стрельба», 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».

Настоящее Положение регламентирует режим занятий занимающихся, количество занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в государственном бюджетном учреждении «Республиканская спортивная школа олимпийского резерва по стендовой и пулевой стрельбе» (далее – Учреждение).

### **2. Режим и продолжительность тренировочных занятий занимающихся**

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября. Занятия в группах начальной подготовки первого года обучения, формируемых в начале учебного 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 учебный план-график на каждый учебный год утверждается приказом директора Учреждения.

2.4. Тренировочные занятия проводятся в 2 смены в соответствии с расписанием.

2.5. Занятия начинаются не ранее 09.00 и заканчиваются не позднее 19.00 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 образовательных и других учреждениях, с учетом возрастных особенностей обучающихся.

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 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 астрономических часов.

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

<i>Видспорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>		<i>Тренировочный этап</i>			<i>Этап ССМ</i>		<i>Этап ВСМ</i>
	до года	Свыше года	1	2	3	до года	Свыше года	Весь период
Пулевая стрельба	6	8	12	16	18	24	28	32
Стендовая стрельба	6	8	9	12	16	20	24	36

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 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) обучения, программы:

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>		<i>Тренировочный этап</i>			<i>Этап ССМ</i>		<i>Этап ВСМ</i>
	до года	свыше года	1	2	3	до года	Свыше года	Весь период
Пулевая стрельба	8-10	8-10	6-10	6-10	6-10	3-7	3-7	1-5
Стендовая стрельба	8-10	8-10	6-8	6-8	6-8	4-5	4-5	2-4

3.2. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с учащимися из разных групп.

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:

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Тренировочный этап</i>	<i>Этап ССМ</i>	<i>Этап ВСМ</i>
Пулевая стрельба	11 лет	12 лет	15 лет	18 лет
Стендовая стрельба	11 лет	13 лет	14 лет	15 лет