

ПРИНЯТО
На Тренерском совете
МБУ ДО ДЮСШ № 9
(Протокол № 2
от 15 сентября 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ
Врио директор МБУ

Л.В. Белина
«15» сентября 2016 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме и форме занятий обучающихся
МБУ ДО ДЮСШ № 9 г. Иванова**

1. Режим занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования Детско-юношеская спортивная школа № 9 (далее – МБУ ДО ДЮСШ № 9) устанавливается расписанием, утверждаемым директором МБУ ДО ДЮСШ № 9 по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

2. Обучение в ДЮСШ №9 начинается с 1 сентября. Учебный план рассчитан на 46 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ №9, дополнительно 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря или по индивидуальным планам учащихся на период активного отдыха.

3. Проведение занятий в ДЮСШ №9 организуется по группам и индивидуально. Количество групп и численный состав групп определяется в соответствии с санитарными нормами, контрольными нормативами, условиями для осуществления образовательного процесса, направленностью образовательных программ дополнительного образования детей в соответствии с муниципальным заданием.

4. ДЮСШ №9 работает по графику семидневной недели, по утвержденному директором ДЮСШ №9 расписанию для каждой группы. Занятия для несовершеннолетних обучающихся в ДЮСШ начинаются не ранее 8.00. Окончание занятий должно быть не позднее 20.00.

5. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые, индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия;
- процедуры восстановительного характера
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах;
- пребывание в спортивно-оздоровительных лагерях;
- инструкторская и судейская практика.

6. Наполняемость групп устанавливается директором ДЮСШ №9 в соответствии с локальными актами ДЮСШ №9, нормативными актами г. Иванова и Ивановской области, Российской Федерации.

- на этапе начальной подготовки – не более 28 человек;
- на тренировочном этапе – не более 12 человек;
- в этапе спортивного совершенствования – не более 6 человек.

7. Продолжительность каждого учебно-тренировочного занятия определяется государственными санитарно-эпидемиологическими правилами в соответствии с федеральными стандартами по спортивной подготовке по видам спорта, утвержденными Министерством спорта РФ, и составляет:

- на этапе начальной подготовки – не более 2 часов;
- на тренировочном этапе – не более 3 часов;
- в этапе спортивного совершенствования – не более 4 часов.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах.

8. В группах начальной подготовки после 45 минут занятий по усмотрению тренера – преподавателя может устраиваться перерыв длительностью не менее 5 минут для отдыха обучающихся. В зависимости от особенностей ряда групп занятия могут проходить без перерыва (например, в учебно-тренировочных группах и группах спортивного совершенствования).

9. Объём нагрузки в учебно-тренировочных группах и группах спортивного совершенствования определяется тренером-преподавателем в соответствии с месячным планом и учётом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объёма нагрузки на занятия в соответствии с физиологическими особенностями обучающихся. Месячный план составляется на основе содержания и объёмов, образовательных программ по видам спорта МБУ ДО ДЮСШ № 9 и рабочей программой по данному виду спорта.

10. В каникулярное время МБУ ДО ДЮСШ № 9 может проводить в установленном порядке учебно-тренировочные сборы.

11. Иные особенности режима занятий обучающихся в ДЮСШ устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

Этап подготовки	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Этап совершенствования спортивного мастерства	1	4 - 8	10	24
Учебно-тренировочный этап	8	8 - 10	12	18
		10 - 12	14	12
Этап начальной подготовки	12	12 - 28	28	8
		12 - 28	28	6