

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом МАУ СШ плавания

«Касатка» г.Казани от 25.03.2019

№49/3

Директор

И.Н.Ионов



ПОЛОЖЕНИЕ

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

**Муниципального автономного учреждения
«Спортивная школа плавания «Касатка» г.Казани**

Принято решением Тренерского Совета
МАУ «СШ плавания «Касатка» г.Казани
Протокол №6 от 25.03.2019г.

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- частью 2 статьи 30 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании 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 образовательных организаций дополнительного образования детей».

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий спортсменов, количество занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в МАУ СШ плавания «Касатка» г.Казани (далее – Учреждение).

2. Режим и продолжительность тренировочных занятий обучающихся

2.1. Тренировочный год в Учреждении начинается 1 сентября. Занятия в спортивно-оздоровительных группах и 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 планам.

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 — понедельник – суббота.

2.5. Занятия начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для спортсменов в возрасте 16 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 образовательных и других учреждениях, с учетом возрастных особенностей спортсменов.

2.7. Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации программ спортивной подготовки, рассчитывается в астрономических часах (включая помывку в душе, 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.

2.8. Количество занятий в спортивно-оздоровительных группах 2 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 спортсменов 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
плавание	4	6	9	12	14	16	18	20	24	28	32

2.11. Спортсмены 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		Тренировочный этап					Этап ССМ		Этап ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
плавание	15	15	14	12	12	10	10	8	4-7	4-7	2-4

3.2. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с учащимися 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 виду спорта плавание составляет:

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Тренировочный этап</i>	<i>Этап ССМ</i>	<i>Этап ВСМ</i>
плавание	7лет	9лет	12лет	14лет

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:

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

отсутствие медицинских противопоказаний для занятий избранным видом спорта;

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

наличие у тренера, привлечённого к работе с детьми раннего возраста, специальных курсов повышения квалификации.

4. Заключительные положения

4.1. Положение о режиме занятий занимающихся, их количестве в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий являются локальным актом учреждения, и является обязательным по исполнению.

4.2. Данное положение пересматривается и утверждается на тренерском совете.