

**Введено в действие приказом  
№ от 29 августа 2019  
директора МБУ СШ  
«Татнефть Олимп» ЧМР РТ  
Р.Г. Хаматов**



**Утверждено  
на тренерском совете МБУ СШ  
«Татнефть Олимп» ЧМР РТ  
протокол № 1 от 29 августа 2019г.**

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о режиме занятий воспитанников, количестве человек в группе, их  
возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий  
в муниципальном бюджетном учреждении  
«Спортивной школе «Татнефть Олимп»  
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан  
наименование Учреждения**

### **1. Общее положение**

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 образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», 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».

Настоящее Положение регламентирует режим занятий, количество человек в группе, их возрастные категория, а также продолжительность тренировочных занятий в спортивной школе «Татнефть Олимп» (далее – Учреждение).

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

2.1. Тренировочный год в Учреждении начинается 1 сентября. Занятия в группах спортивно-оздоровительной работы 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 заданиям;

2.3. Годовой календарный план-график на каждый тренировочный год

утверждается приказом директора Учреждения.

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

2.2. В случае возникновения необходимости внести изменения в расписание ТЗ, уведомить администрацию СШ письменным заявлением за 3 рабочих дня.

2.3. В случае экстренной ситуации допускается писать заявление в день изменения расписания за три часа.

2.4. Занятия начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся 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 воспитанников.

2.7. Продолжительность одного тренировочного занятия, 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;

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 по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта 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 учащихся.

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-оздоровительная работа	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)					ССМ		ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до го	свыше	Весь пери
Футбол	4	6	8	10	12	14	16	18	24	28	32

<b>Гиревой спорт</b>	4	6	9	10	12	12	14	-	20	24	32
<b>Лыжные гонки</b>	4	6	9	10	12	14	16	18	24	28	32
<b>Бокс</b>	4	6	9	12	14	16	18	20	24	28	32

2.11. Воспитанники 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.

## 1. Количество обучающихся в группе, их возрастные категории

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

<i>Вид спорта</i>	<i>Спортивная оздоровительная работа</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>		<i>Тренировочный этап (этап спортивной специализации)</i>					<i>Этап ССМ</i>		<i>Этап ВСМ</i>
		<i>до года</i>	<i>свыше года</i>	1	2	3	4	5	<i>до года</i>	<i>свыше года</i>	<i>Весь период</i>
<b>Футбол</b>	15	15	3/45	15	36	24	10	8	8	8	8
<b>Гиревой спорт</b>	20	15	15	12	10	8	8	-	3	2	1
<b>Лыжные гонки</b>	15	15	15	30	12	12	10	8	2	2	1
<b>Бокс</b>	15	15	14	12	10	10	-	-	6	5	3

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

- а) по тренировочным программам, реализуемым в области физической культуры и спорта,
- б) 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, 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>
<b>Футбол</b>	9 лет	12 лет	16 лет	18 лет
<b>Гиревой спорт</b>	10 лет	12 лет	14 лет	15 лет
<b>Лыжные гонки</b>	9 лет	12 лет	15 лет	17 лет
<b>Бокс</b>	10 лет	12 лет	15 лет	17 лет

3.4. При наличии необходимых условий Учреждение может осуществлять набор детей более раннего возраста (начиная с четырехлетнего возраста) для спортивно-оздоровительной работы 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;

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