

МБУ «СШ «САБА-АРЕНА» Сабинского муниципального района РТ

ПРИНЯТО

на заседании методического совета

МБУ «СШ «САБА-АРЕНА»

Протокол №1

от 2.09. 2019 г.



УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБУ «СШ «САБА-АРЕНА»

А.Ф. Багманов

приказ №17

от 24.09. 2019 г.

**Положение о режиме занятий занимающихся, количестве занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в Муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа «САБА-АРЕНА»**

**П. г. т. Богатые Сабы**

**2019**

## **1.ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.**

1.1. Положение о режиме занятий занимающихся, количестве занимающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность тренировочных занятий в муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа «САБА-АРЕНА» Сабинского муниципального района Республики Татарстан» (далее - 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», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.08.2013 № 645 «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку».

1.2.Настоящее Положение регламентирует режим занятий занимающихся, количество занимающихся в группе, их возрастные категория, а также продолжительность тренировочных занятий в муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа «САБА-АРЕНА» Сабинского муниципального района Республики Татарстан (далее – Учреждение).

## **2.РЕЖИМ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ЗАНИМАЮЩИХСЯ.**

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 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;

2.3.Годовой календарный 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 21.00 часов. Для занимающихся 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 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; 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 группах спортивно-оздоровительной работы 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.Особенности определения объема недельной тренировочной нагрузки занимающихся с учетом этапов (периодов) подготовки (в академических часах):

Вид спорта	Спортивно - оздоровительный	Этап начальный до года	Этап начальный свыше года	Тренировочный этап до двух лет	Тренировочный этап свыше двух лет	Этап ССМ	Этап ВСМ
Бадминтон	4	6	9	14	20	24	32
Настольный теннис	4	6	9	12	16	24	30
Фехтование	4	6	8	12	18	28	32
Шахматы	4	6	8	9	12	28	32

2.10.Занимающиеся принимают участие в соревнованиях согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий Учреждения, который утверждается приказом директора Учреждения.

2.11.В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства Российской Федерации.

2.12.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.

2.13.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	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап	Этап ССМ	Этап ВСМ
Бадминтон	10- 16	8-10	2-6	1-6
Настольный теннис	10- 16	8-10	2-6	1-6
Фехтование	12	4	2	1
Шахматы	10	6	2	1

3.2. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися 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 этапа - 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 занимающихся в Учреждение по следующим видам спорта составляет:

Вид спорта	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап	Этап ССМ	Этап ВСМ
Бадминтон	7	9	13	14
Настольный теннис	6	8	13	14
Фехтование	7	11	13	14
Шахматы	7	8	9	12