Принято
на педагогическом совете
МКУ ДО «СШ «Лидер»
г. Кирова и Кировского р-на
Калужской обл.
Протокол № 09
от «29» 06 2023 г.

Утверждаю
Директор МКУ ДО «СШ «Лидер»
г. Кирова и Кировского р-на
Калужской обл.
Н.П. Маршев
Приказ № 37-ОД
от «08» 08 2023 г.

Режим занятий обучающихся

муниципального казенного учреждения

дополнительного образования «Спортивная школа «Лидер»

города Кирова и Кировского района Калужской области

- Организация учебно-тренировочного процесса при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки регламентируется учебно-тренировочным планом-графиком (в часах), календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий, расписанием учебно-тренировочных занятий.
- Спортивная школа организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Продолжительность учебно-тренировочного года по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки составляет 52 недели, начинается 01 сентября, заканчивается 31 августа.

Прохождение спортивной подготовки осуществляется на следующих этапах: начальной подготовки; учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации); совершенствование спортивного мастерства; высшего спортивного мастерства.

- Учебно-тренировочные занятия проводится с 08.00 до 22.00, ежедневно и регламентируются расписанием учебно-тренировочных занятий.
- Учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки рассчитывается исходя из академических часах (45 мин.).
- Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

1. на этапе начальной подготовки – двух часов;
2. на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
3. на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;
4. на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

- При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.
- Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые, индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные мероприятия, инструкторская и судейская практика обучающихся.
- Продолжительность учебно-тренировочного года по дополнительным образовательным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта на спортивно-оздоровительном этапе - 46 недель, продолжительность занятий исчисляется в академических часах (45 мин.)
- Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований и турниров по различным видам спорта.
- В каникулярное время спортивная школа может открывать в установленном порядке спортивные площадки дневного пребывания, спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные мероприятия.
- Учебно-тренировочные занятия обучающихся в период школьных каникул проводятся по временному расписанию, плану работы спортивной школы в форме досуговых мероприятий (спортивно-массовые мероприятия, экскурсии) и самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса.