

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДОД ДЮСШ
муниципального района
Мелеузовский район РБ
А.Ф.Ахтямова
Приказ № от 06 2015 г.

Режим занятий обучающихся МБОУ ДОД ДЮСШ

1. МБОУ ДОД ДЮСШ организует работу с детьми в течение всего календарного года. В каникулярное время проводятся учебно-тренировочные сборы, организуются спортивно-оздоровительные лагеря загородные или с дневным пребыванием, спортивно-массовые мероприятия и т.д.

2. Продолжительность учебного года осуществляется круглогодично из расчета 40 недель учебных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ и дополнительно 12 недель (участие в учебно-тренировочных сборах и соревнованиях, занятия по индивидуальным планам учащихся, спортивно-оздоровительные лагеря загородные или с дневным пребыванием, инструкторско-судейская практика).

3. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика.

4. Занятия в ДЮСШ проводятся на основе программ, разрабатываемых учреждением на основании примерных (типовых) программ по видам спорта.

5. Обучение проводится в две смены

6. Учебные занятия начинаются в 8 часов 00 минут. По заявлению родителей (законных представителей) обучающихся время занятий может быть изменено.

7. Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет:

- На спортивно-оздоровительном этапе два академических часа.

- На этапе начальной подготовке два академических часа

- На учебно-тренировочном этапе три академических часов.

- В группах, где нагрузка составляет более 20 часов, возможно проведение двух тренировок в день. Академический час в Учреждении составляет 45 минут. Окончание занятий в группах в Учреждении должно быть не позднее 20.00 ч. По заявлению родителей (законных представителей) обучающихся время занятий может быть изменено.

7. Учреждение работает по шестидневной рабочей неделе. Занятия детей в ДЮСШ могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

8. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 5 минут для отдыха обучающихся в виде перерывов между упражнениями.

9. Режим учебно-тренировочных занятий соответствует этапу подготовки и устанавливается расписанием, утверждаемым директором Учреждения по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей

(законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

10. В Учреждении максимальная продолжительность учебно-тренировочных занятий в неделю не может превышать:

- 6 часов на спортивно-оздоровительном этапе;
- 9 часов на этапе начальной подготовки;
- 18 часов на учебно-тренировочном этапе;
- 28 часов на этапе спортивного совершенствования;
- 32 часа на этапе высшего спортивного мастерства.

Общий годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный указанными режимами работы, начиная с учебно-тренировочного этапа подготовки, может быть сокращен не более чем на 25%.

11. При объединении в одну группу занимающихся, разных по возрасту и спортивной подготовленности, разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов.

12. Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется на основе примерных программ по видам спорта, допущенных Федеральным органом управления в сфере Физической культуры и спорта и (или) рекомендованных Федеральным органом управления в сфере образования.

Рассмотрено на заседании педагогического коллектива МБОУ ДОД ДЮСШ
«10» 03 2015 г., Протокол № 5