

Рассмотрено
на заседании Педагогического совета
протокол № 1 от «30» августа 2019 г.

«Утверждаю»
Директор МКУДО
«Макушинская ДЮСШ»
Яганцев Ю.А.
приказ №90 от 02.09.2019



Режим занятий обучающихся

1. Учебный год в МКУДО «Макушинская ДЮСШ» начинается 1 сентября.
2. Тренировочный процесс осуществляется в соответствии с учебным (тренировочным) планом, рассчитанным:
 - по общеразвивающим программам на срок 36 учебных недель.
 - по предпрофессиональным на срок 42 учебные недели.
3. С целью обеспечения непрерывности тренировочного процесса в летний период предусматривается оздоровительная работа под руководством тренера-преподавателя и самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным заданиям.
4. Основными формами организации тренировочного процесса являются: тренировочные занятия с группой (подгруппой), индивидуальные тренировочные занятия, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам (заданиям), тренировочные сборы, участие в соревнованиях и иных мероприятиях, судейская и инструкторская практика, медико-восстановительные мероприятия, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.
5. Наполняемость учебных групп определена на основе нормативных документов.
6. Расписание тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей детей и санитарно-гигиенических норм.
7. Продолжительность тренировочных занятий определяется в академических часах:
 - 45 минут для обучающихся школьного возраста;
 - 30 минут для обучающихся дошкольного возраста.
8. Продолжительность одного тренировочного занятия с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки обучающихся и не может превышать:
 - на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов (90 мин);
 - на этапе начальной подготовки - 2 часов (90 мин);
 - на тренировочном этапе - 3 часов (135 мин.);
 - на этапе совершенствования спортивного мастерства - 3 часов (135 мин.).
9. Количество тренировочных занятий в неделю:
 - спортивно-оздоровительный этап (дошкольники) – 3 занятия;
 - этап начальной подготовки - 3-4 занятия;
 - тренировочный этап – 3-4 занятий;