

Утверждаю

Директор

МБУ «СШ № 11»

В. Смирнова

2017г.



Готовлю на заседании
Тренерского методического совета
10 января 2017 г. Протокол №1

Приказ от «10» января 2017 г. № 10-01-11.0 ОД

ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме тренировочных занятий
занимающихся (спортсменов)**

муниципального бюджетного учреждения
«Спортивная школа № 11 г. Ростова-на-Дону»

г. Ростов-на-Дону

2017г.

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение определяет режим занятий тренировочного процесса спортсменов муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа №11 города Ростова-на-Дону» (далее - МБУ, Учреждение) и регламентирует сроки начала и окончания тренировочного года, тренировочной недели, тренировочного дня, периодичность и продолжительность тренировочного процесса спортсменов.

1.2. Настоящее положение разработано в соответствии с Федеральным законом «О физической культуре и спорта в Российской Федерации» от 04.12.2007г. № 329-ФЗ, приказами Минспорта России от 29.04.2014г. №279 «О методических рекомендациях по организации спортивной подготовки в Российской Федерации», от 30.10.2015г. №999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, Уставом муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа №11 г. Ростова-на-Дону» и другими нормативными актами.

1.3. Режим тренировочных занятий разработан отделом методического обеспечения.

1.4. Режим тренировочных занятий размещается в открытом доступе на информационных стендах МБУ и официальном сайте МБУ в сети Интернет.

2. Цели и задачи.

2.1. Упорядочение тренировочного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами.

2.2. Установление наиболее благоприятного режима тренировочного процесса, отдыха спортсменов.

3. Режим тренировочных занятий.

3.1. Тренировочный процесс в Учреждении начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря.

3.2. Тренировочный процесс осуществляется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, на основе утвержденных Учреждением программ спортивной подготовки.

3.3. Режим тренировочных занятий спортсменов Учреждения действует в течение всего тренировочного года.

3.4. Занятия начинаются не ранее 8.00 часов и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для занимающихся спортсменов, достигших возраста 16 лет допускается окончание занятий не позднее 21.00 часа.

3.5. Деятельность Учреждения осуществляется ежедневно, включая выходные дни.

3.6. Продолжительность тренировочного занятия определяется

программой по конкретному виду спорта и исчисляется в академических часах.

3.7. Максимальный количественный состав занимающихся спортсменов в группах устанавливается Учреждением в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

№ п/п	Этап подготовки	Период обучения (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебно-тренировочной работы
1	Спортивно-оздоровительный	весь период	10	30	до 6
2	Этап начальной подготовки	до года	14	25	6
		свыше года	12	20	8
3	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	начальная специализация (до 2 лет)	10	14	12
		углубленная специализация (свыше 2 лет)	8	12	18

- перерыв между занятиями не менее 10 минут.

3.8. Основными формами тренировочного процесса являются: групповые тренировочные и теоретические занятия, тестирование, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

3.9. Тренировочные занятия проводятся согласно расписанию, которое составляется отделением спортивной подготовки по представлению тренера в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха спортсменов, обучения их в образовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

3.10. Изменение расписания занятий возможно только на основании приказа директора МБУ.

3.11. Тренировочные занятия проводятся в спортивных залах Учреждения.

3.12. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом директора в соответствии с нормативно-правовыми документами и санитарными нормами в случаях объявления карантина или понижения показателей температуры наружного воздуха.

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

3.14. Мероприятия, проводимые Учреждением, осуществляются на основании календарного плана физкультурных и спортивных мероприятий.

3.15. В период плановых отпусков тренеров спортсмены проходят спортивную подготовку по индивидуальным планам.

4. Ведение документации

4.1. Посещение спортсменами тренировочных занятий фиксируется тренерами в журнале учета работы.