

Принято на заседании
тренерско-преподавательского состава
«29» 06 2023 г.
протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБУ ДО РК «СШОР по
легкой атлетике №1»

Н.В. Белуха
Приказ № 66/10 от «29» 06 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ

Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Республики Крым «Спортивная школа олимпийского резерва по легкой атлетике №1»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Уставом Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Республики Крым «Спортивная школа олимпийского резерва по легкой атлетике №1» (далее ГБУ ДО РК «СШОР по легкой атлетике №1»), дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «Легкая атлетика»

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся.

2. Режим занятий

2.1. Для осуществления образовательного процесса ГБУ ДО РК «СШОР по легкой атлетике №1» самостоятельно разрабатывает и утверждает учебные планы, календарный учебный график и расписание занятий.

2.2. Режим занятий (тренировок) обучающихся регламентируется расписанием занятий, которое составляется по представлению тренеров - преподавателей, с целью установления наиболее благоприятного режима занятий, отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных учреждениях, с учетом возрастных особенностей, установленных государственными санитарно-эпидемиологическими нормами и правилами, и имеющейся спортивной базой. Расписание занятий ежегодно утверждается директором ГБУ ДО РК «СШОР по легкой атлетике №1»

2.3. Группы обучающихся для прохождения тренировочного процесса комплектуются по избранным видам легкой атлетики и этапам подготовки.

2.4. Учебно-тренировочный процесс в ГБУ ДО РК «СШОР по легкой атлетике №1», ведётся в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели. Начало учебно-тренировочного процесса – с 1 января.

2.5. На основании годового учебно-тренировочного плана разрабатываются

Планы - графики для каждой группы по периодам подготовки. В них определяются задачи, раскрываются средства и специфика их применения для данной группы, планы участия в соревнованиях, восстановительные мероприятия и врачебно-медицинский контроль, вступительные и контрольно-переводные испытания.

2.6. Видами (формы) обучения тренировочного процесса являются: учебно-тренировочные занятия, включая теоретическую часть (изучение правил вида спорта «Легкая атлетика»), с группами;

- учебно-тренировочные занятия по индивидуальным планам (составляется тренером -преподавателем на основе годового учебно-тренировочного плана на этапах ССМ и ВСМ для отдельного обучающегося или группы обучающихся на один год или олимпийский цикл – 4 года (иногда на этапе УТ (СС) для обучающегося с особыми потребностями));

- спортивные соревнования (для формирования у обучающихся соревновательного опыта, могут быть в форме неофициальных соревнований: классификационные соревнования, прикидки для окончательной коррекции состава команд);

- контрольные формы обучения (применяются в конце отдельных этапов подготовки или с целью проверки работы тренера-преподавателя);

- внеурочные учебно-тренировочные занятия (в качестве воспитательных, оздоровительных мероприятий: спортивные мероприятия с показательными выступлениями, походы, экскурсии, игры на свежем воздухе);

- инструкторская и судейская практика;

- медико-восстановительные мероприятия.

2.7. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия, с учетом возрастных особенностей спортсменов рассчитывается в часах и не может превышать:

- на этапе начальной подготовки - двух часов;

- на учебно-тренировочном этапе - трех часов;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех

часов;

- на этапе высшего спортивного мастерства - четырех часов.

2.8. На этапах подготовки при проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность не может составлять более 8 часов.