

«ПРИНЯТО»
на заседании педагогического совета
ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШОР в
г.Покровске»
от 24.04.2016 г. протокол № 1

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом директора
ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШОР в
г.Покровске»
Куприянов А.А.
№ 3281 от «24» апр 2016 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**об установлении режима учебно-тренировочных занятий и
порядке комплектования учебных групп
в ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШОР в г.Покровске»**

г. Покровск 2016 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

Об установлении режима учебно-тренировочных занятий и порядке комплектования учебных групп

1. Общие положения.

1.1. Настоящее Положение разработано в целях установления порядка комплектования учебных групп, перевода обучающихся на каждый последующий год обучения и установления режима занятий в в ГБУ ДО РС(Я) «РСДЮСШОР в г.Покровске» (далее по тексту ДЮСШ, образовательное Учреждение) и соответствует требованиям законодательства Российской Федерации в сфере образования и санитарно-гигиеническим требованиям.

1.2. Занятия в РСДЮСШОР проводятся по дополнительным программам, разрабатываемым и утверждаемым спортивной школой самостоятельно на основе примерных (типовых) программ по видам спорта.

1.3. Минимальный возраст зачисления в РСДЮСШОР – 7 лет, что соответствует Санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения) – СанПиН 2.4

1.4. Максимальный возраст обучающихся – 18 лет.

2. Порядок зачисления обучающихся в РСДЮСШОР, комплектования групп и перевода на следующий год обучения.

2.1. РСДЮСШОР комплектуется из числа учащихся общеобразовательных школ РС(Я). Зачисление в группы РСДЮСШОР по видам спорта производится по желанию поступающих на основании заявления родителей (законных представителей).

2.2. Особенности зачисления в группы на этапах подготовки:

2.2.1. Спортивно-оздоровительные группы в РСДЮСШОР формируются, как из вновь зачисляемых в спортивную школу обучающихся, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, освоение основ гигиены и самоконтроля.

2.2.2. На этап начальной подготовки зачисляются дети, не имеющие медицинских противопоказаний и желающие заниматься спортом в детско-

юношеской спортивной школе. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов по ОФП для зачисления на учебно-тренировочный этап.

2.2.3. На учебно-тренировочный этап зачисляются дети только здоровые и практически здоровые, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года при условии выполнении ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных программами по видам спорта.

2.2.4. Решением педагогического совета допускается зачисление одаренных и талантливых детей на учебно-тренировочный этап и этап начальной подготовки второго года обучения после сдачи ими контрольных нормативов по ОФП (на этапе начальной подготовки); ОФП и СФП (на учебно-тренировочном этапе) и медицинской справки о состоянии здоровья.

2.3. Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется с учетом техники безопасности в соответствии программой по видам спорта.

При отсутствии в утвержденной программе по виду спорта нормативов по наполняемости учебных групп и максимальному объему учебно-тренировочной нагрузки устанавливаются следующие параметры:

Условия комплектования учебных групп и режим учебно-тренировочной работы

Примерный учебный план на 52 недели тренировочных занятий по дзюдо.

№ п / п	Разделы подготовки	СОГ	гнп 1	гнп 2	тг 1	тг 2	тг 3	тг 4	тг 5	сс-1	сс-2
1	Теоретическая подготовка.	6	6	6	20	22	24	26	27	36	36
2	Общая физическая подготовка.	178	178	249	288	310	360	270	280	320	350
3	Специальная физическая подготовка.	90	70	90	140	182	200	270	280	388	450

4	Технико-Тактическая подготовка.	34	50	113	160	190	224	300	350	420	471
6	Инструкторская и судейская практика.		-	-	2	4	4	5	6	12	12
8	Зачетные требования		4	6	4	8	8	8	8	8	8
9	Восстановительные мероприятия.	-	-	-	6	8	8	9	10	30	40
10	Медицинское обследование.	4	4	4	4	4	4	4	4	10	11
	Общее количество часов.	312	312	468	624	728	832	936	1040	1248	1352

Примерный учебный план на 52 недели тренировочных занятий по тхэквондо.

№ п / п	Разделы подготовки	СОГ	гнп 1	гнп 2	тг 1	тг 2	тг 3	тг 4	тг 5	сс-1	сс-2
1	Теоретическая подготовка.	17	17	20	20	22	24	25	25	25	
2	Общая физическая подготовка.	150	150	180	196	230	240	260	280	300	
3	Специальная физическая подготовка.	30	30	55	105	130	160	205	250	280	
4	Технико-Тактическая подготовка.	75	75	100	140	180	230	260	290	388	

5	Специальные подготовительные упражнения	20	20	22	25	30	30	30	30	30	
6	Контрольные нормативы, соревнования	20	20	30	25	25	35	43	52	60	
7	Инструкторская и судейская практика.	-	-	2	3	7	9	9	9	9	
	Общее количество часов.	312	312	416	520	624	728	832	936	1092	

Основными формами тренировочного процесса являются:

групповые тренировочные и теоретические занятия,

работа по индивидуальным планам с одаренными детьми и детьми с ограниченными возможностями здоровья;

спортивно-массовые мероприятия;

инструкторская и судейская практика;

тестирование и медицинский контроль.

При комплектовании групп тренеры-преподаватели могут создавать резервный состав группы сверх установленной нормы наполняемости. Обучающиеся резервного состава могут вводиться, в случае необходимости, в основной состав группы при условии положительной сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП.

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

2.4. Комплектование вновь созданных групп (1 года начальной подготовки, спортивно-оздоровительных групп) осуществляется тренером-преподавателем, начиная с 15 мая и завершается до 15 сентября учебного года.

2.5. Перевод обучающихся (в т. ч. досрочно) в группу следующего года обучения или более высокого этапа спортивной подготовки осуществляется на основании решения педагогического совета с учетом стажа занятий, выполнения контрольных нормативов, а также заключения врача (медицинской комиссии).

Обучающиеся, не выполнившие предъявляемые требования, могут быть зачислены в ту же группу для повторного прохождения курса обучения (но не более одного раза на данном этапе подготовки), либо переведены в спортивно-оздоровительную группу.

2.6. Отдельные обучающиеся, не достигшие установленного возраста для перевода на учебно-тренировочный этап обучения, но выполнившие программные требования предыдущего года обучения, могут переводиться в учебно-тренировочную группу решением тренерского совета, при наличии медицинского заключения.

2.7. Зачисление обучающихся на все этапы обучения оформляется приказом директора РСДЮСШОР.

2.8. Обучающиеся, зачисление которых производилось в течение учебного года, считаются выполнившими программу данного года обучения и могут быть переведены на следующий год данного этапа обучения при условии успешной сдачи контрольно-переводных нормативов.

3. Организация тренировочного процесса.

3.1. РСДЮСШОР организует работу с обучающимися в течение календарного года. Тренировочные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом.

3.2. Учебная нагрузка детей не должна превышать норм предельно допустимых нагрузок, установленных учебным планом и санитарно-гигиеническими нормами.

3.3. Расписание занятий составляется администрацией спортивной школы по представлению тренера-преподавателя с учетом пожеланий родителей (законных представителей) детей, в целях установления наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

3.4. Содержание тренировочных занятий должно соответствовать утвержденным образовательным программам.

3.5. При комплектовании групп допускается разница в возрасте детей в одной группе.

В виде исключения, решением педагогического совета, при формировании групп учебно-тренировочного этапа, по результатам сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП и результатам участия в соревнованиях допускается зачисление обучающихся с разницей в возрасте более шести лет.