

Согласовано:
Тренерским советом
Протокол №. 4
« 15 » августа 2017г.



Утверждаю:
Директор МБУ «Спортивная школа №2»
И.А. Иванов
Приказ № 212 от «15» августа 2017г.

ПОЛОЖЕНИЕ
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ СПОРТСМЕНОВ
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №2»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет режим занятий спортсменов Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа №2» и регламентирует сроки начала и окончания календарного года, продолжительность календарного года, тренировочной недели, тренировочного дня, периодичность и продолжительность тренировочных занятий.

1.2. Настоящее положение разработано в соответствии с Федеральным законом РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г. № 329-ФЗ, Письмом Минспорта РФ. от 12.05.2014г. № ВМ-04-10/2554 «О направлении методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации от 12 мая 2014 г., Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта бокс (приказ от 20 марта 2013г. №123), Федеральным стандартом спортивной подготовки по дзюдо (приказ от 19 сентября 2012г., № 231), Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта самбо (приказ от 12 октября 2015г. № 932), Программами спортивной подготовки по видам спорта бокс, дзюдо, самбо и Уставом МБУ «Спортивная школа №2».

1.3. Настоящее положение регламентирует функционирование спортивной школы в период организации тренировочного процесса, летнего отдыха и оздоровления.

1.4. Режим тренировочных занятий спортсменов спортивной школы действует в течение календарного года согласно расписанию занятий.

1.5. Расписание тренировочных занятий составляется администрацией спортивной школы для создания наиболее благоприятного режима тренировочного процесса по представлению тренеров с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей спортсменов и установленных санитарно-гигиенических норм и утверждается приказом директора спортивной школы.

1.6. Временное изменение режима тренировочного процесса возможно только на основании приказа директора спортивной школы.

2. Цели и задачи

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

2.2. Обеспечение конституционных прав спортсменов для освоения программ спортивной подготовки в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

3. Режим занятий спортсменов

3.1.Режим тренировочных занятий спортсменов регламентируется годовым планом, расписанием тренировочных занятий.

3.2.Единицей измерения тренировочного времени и основной формой организации тренировочного процесса в спортивной школе является тренировочное занятие.

3.3.Тренировочные занятия ведутся как в здании спортивной школы, так и в помещениях других образовательных организаций в рамках действующего законодательства РФ.

3.4.Календарный год в спортивной школе начинается с 01 января, продолжительность календарного года равна 52 недели. В летний период с 01 июня по 31 августа спортивная школа работает по специальному расписанию.

3.5.Продолжительность календарного года (Спортивный сезон) определяется Уставом спортивной школы.

3.6.Сроки летних каникул – с 01 июля по 31 августа.

3.7.Продолжительность тренировочной недели –6 дней.

3.8.Продолжительность тренировочного дня с 08.00 часов до 20.00 часов для спортсменов, тренирующихся на тренировочном этапе (этап спортивной специализации). Для спортсменов от 16 лет и старше, тренирующихся на этапе совершенствования спортивного мастерства, тренировочные занятия могут начинаться с 07.00 часов и заканчиваться не позже 21.00 часов.

3.9.Тренировочный процесс проводится в две смены.

3.10.В выходные дни спортивная школа работает в соответствии с расписанием тренировочных занятий, праздничные дни – нерабочие дни в рамках действующего трудового законодательства Российской Федерации.

3.11.Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет:

на этапе начальной подготовки – до 2-х академических часов;

на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – до 3-х академических часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – до 4-х академических часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий – до 8 академических часов.

Академический час составляет 45 минут.

3.12.Продолжительность этапов, наполняемость тренировочных групп и объем тренировочной нагрузки определяется с учетом техники безопасности в соответствии с программами спортивной подготовки по видам спорта.

БОКС:

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Наполняемость групп (человек)	Объём тренировочной работы (часов) в неделю
Этап начальной подготовки	1	12-15 чел.	6 час.
	До 3-х лет	12-15 чел.	9 час.

Тренировочный этап (спортивной специализации)	1-2	10-12чел.	12 час.
	3	10-12чел.	18 час
Этап совершенствования спортивного мастерства	3	4-7чел.	28час.

САМБО:

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Наполняемость групп (человек)	Объём тренировочной работы (часов) в неделю
Этап начальной подготовки	1	12чел.	6 час.
	2	12чел.	9 час.
Тренировочный этап (спортивной специализации)	1-2	10чел.	12 час.
	3-4	10чел.	18 час
Этап совершенствования спортивного мастерства	3	2чел.	28час.

ДЗЮДО:

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Наполняемость групп (человек)	Объём тренировочной работы (часов) в неделю
Этап начальной подготовки	1	14-20 чел.	6 час.
	2	14-20 чел.	9 час.
Тренировочный этап (спортивной специализации)	1	10-12 чел.	12 час.
	2	10-12 чел.	14 час
	3	10-12 чел	16 час.
	4	10-12 чел	18 час.
	5	10-12 чел	20 час.
Этап совершенствования спортивного мастерства	1	3-4чел.	24час.
	2	3-4чел.	26 чел.
	3	3-4чел.	28 чел.

3.13.Тренировочные занятия могут проводиться, в любой день недели, включая выходные и каникулярные дни.

3.14.Организация тренировочного процесса соответствует этапу спортивной подготовки. Устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки спортсменов с учетом санитарных норм и правил, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. № 41

«Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»».

3.15. При объединении в одну группу спортсменов, разных по возрасту и спортивной подготовленности, разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов и (или) спортивных званий, не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения, не превышен максимальный количественный состав объединённой группы.

3.16. Перерыв между тренировочными занятиями составляет – не менее 10 минут.

3.17. Спортсмены должны приходить в спортивную школу не позднее, чем за 15-20 минут до начала тренировочных занятий.

3.18. Изменение режима работы спортивной школы происходит на основании приказа директора МБУ «Спортивной школы №2» в соответствии с нормативно-правовыми документами в случаях объявления карантина, приостановления тренировочных занятий в связи с понижением температуры наружного воздуха (активированных дней).

4. Организация тренировочного процесса

4.1. Тренерам категорически запрещается:

- не допускать к проведению тренировочных занятий других тренеров без согласования с директором спортивной школы.

- не допускать к проведению тренировочных занятий посторонних лиц не являющимися тренерами спортивной школы.

- не допускать нахождение спортсменов одних без тренера в спортивном зале до начала тренировочного занятия, во время тренировочного занятия и после тренировочного занятия.

- не разглашать без согласия Администрации МБУ «Спортивная школа №2» полученную во время работы конфиденциальную информацию, составляющую служебную тайну, а также информацию о спортсменах.

- впускать в помещение посторонних лиц без предварительного разрешения директора спортивной школы;

- вести прием родителей во время тренировочных занятий;

- удалять спортсменов из помещения, морально или физически воздействовать на спортсменов.

4.2. Прием родителей (законных представителей) директор спортивной школы проводит согласно циклограмме рабочего времени директора МБУ «Спортивная школа №2» на календарный год.

4.3. Тренер находится в спортивном зале за 15 минут до начала тренировочных занятий и встречать спортсменов. Не оставлять спортсменов во время тренировочного занятия и не покидать рабочее место до окончания тренировки. При проведении тренировки на другом спортивном объекте тренер обязан сообщить Администрации «Спортивной школы №2» о смене места тренировочных занятий. После окончания тренировочных занятий тренер обязан

проводить и (или) передать несовершеннолетних спортсменов их родителям (законным представителям).

4.4. На период отпусков, тренер проводит тренировочные занятия со спортсменами на тренировочном этапе спортивной специализации и на этапе совершенствования спортивного мастерства по индивидуальному плану.

5. Ведение документации

5.1. Посещение тренировочных занятий фиксируется тренерами в журнале учета групповых занятий спортивной школы.