

СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ГОРОДА КАНДАЛАКШИ

ПРИКАЗ

От 25 августа 2014 года

№ 37-од

Об утверждении режима занятий
обучающихся СДЮСШОР

В целях оптимального качественного проведения образовательного процесса, соответствующего санитарным требованиям и нормам (СанПиН 2.4.4. 1251-03), обеспечения наиболее благоприятного и рационального использования времени для учащихся СДЮСШОР во внеурочное время, учитывая программные нормы и требования на этапах спортивной подготовки

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить режим занятий для учащихся СДЮСШОР г. Кандалакши на 2014-2015 учебный год (приложение).
2. В срок до 01.09.2014 года утвердить годовые индивидуальные планы спортивной подготовки для высококвалифицированных спортсменов на 2014-2015 учебный год (группы ВСМ и СС).
Организовать контроль над фактическим выполнением индивидуальных планов (отв. Старший тренер-преподаватель Кныр А.И.).
3. Контроль над исполнением приказа возложить на заместителя директора по учебно-спортивной работе Н.Н. Руденко.

Основание: решение педагогического совета СДЮСШОР от 25.08.2014, протокол №1

Директор СДЮСШОР



В.П. Пац



УТВЕРЖДАЮ

Директор СДЮСШОР

В.П. Пац

**Режим занятий обучающихся СДЮСШОР г. Кандалакши
на 2014-2015 учебный год**

1. Учебный год в МАОУДОД СДЮСШОР города Кандалакши начинается с 01 сентября и заканчивается 31 августа. В соответствии с годовым календарным учебным графиком продолжительность учебного года осуществляется круглогодично из расчета 46 недель учебных занятий, других спортивно-массовых мероприятий, и 6 недель – участие в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, учебно-тренировочных сборах и по индивидуальным планам спортивной подготовки учащихся.
2. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, учебно-тренировочные сборы и спортивно-оздоровительные лагеря, инструкторская и судейская практика.
3. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы являются проведение соревнований внутришкольного, городского, регионального уровней, направление команд и отдельных спортсменов-кандидатов в сборные Мурманской области и России на соревнования разного уровня по вызову – приглашению Федерации санного спорта Мурманской области, Российской Федерации.
4. Учебная нагрузка и режим занятий устанавливается в зависимости от этапа спортивной подготовки обучающихся в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями и определяется расписанием, утверждаемым директором по представлению педагогических работников, с учетом пожеланий родителей (законных представителей).
5. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах (45 мин. – один академический час).

Максимально допустимая нагрузка в течении дня составляет:

- на спортивно-оздоровительном этапе – 2 академических часа
- на этапе начальной подготовки – 2 академических часа
- на учебно-тренировочном этапе – 3 академических часа
- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – возможно проведение 2-х тренировок в день, но не более 4 академических часов за одну тренировку с перерывом между тренировками не менее 3 часов.

Окончание учебно-тренировочных занятий – не позднее 20-00 часов.

6. Недельный режим учебно-тренировочной работы в СДЮСШОР не может превышать:
- на спортивно-оздоровительном этапе – 6 академических часов
 - на этапе начальной подготовки: до 1 года обучения – 6 академических часов
свыше 1 года обучения – 9 академических часов
 - на учебно-тренировочном этапе: до 2 лет обучения – 14 академических часов
свыше 2 лет обучения – 18 академических часов
 - на этапах совершенствования спортивного мастерства:
до 1 года обучения – 24 академических часов
свыше 1 года обучения – 28 академических часов
 - на этапе высшего спортивного мастерства – 32 академических часов
7. Общий годовой объем учебно-тренировочной работы на 2014-2015 учебный год, предусмотренный указанными режимами работы, начиная с учебно-тренировочного этапа подготовки, сокращается на 25% по решению педагогического совета от 25.08.2014 года (протокол №1), и составляет:
- на спортивно-оздоровительном этапе – 6 академических часов
 - на этапе начальной подготовки: до 1 года обучения – 6 академических часов
свыше 1 года обучения – 9 академических часов
 - на учебно-тренировочном этапе: свыше 2 лет обучения – 14 академических часов
 - на этапах совершенствования спортивного мастерства:
свыше 1 года обучения – 21 академических часов
 - на этапе высшего спортивного мастерства – 24 академических часов