

ПРИНЯТО

Протокол Педагогического  
Совета № 6 от 25.06.15



УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 23/1 от 25.06.2015

Директор СШ № 4

А.П. Степанов

## **ПОЛОЖЕНИЕ** **об организации учебно-тренировочного процесса и о режиме занятий обучающихся в МОУДО «СШ № 4»**

1. Учебно-тренировочный процесс в Муниципальном образовательном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа № 4» (далее школа) проводится по разработанным образовательным программам, на основе примерных программ спортивной подготовки для СШ, СШОР, утвержденными педагогическим советом школы и в соответствии с законами, нормативно правовыми актами и федеральными стандартами по командным видам спорта.

2. В школе реализуются образовательные программы: «Дополнительная общеразвивающая программа по шахматам» и «Дополнительная общеразвивающая программа по настольному теннису», «Дополнительная предпрофессиональная образовательная программа по шахматам» и «Дополнительная предпрофессиональная образовательная программа по настольному теннису»

2.1 «Дополнительная общеразвивающая программа по шахматам» спортивно-оздоровительный этап (срок освоения 1 год):

Основные задачи *спортивно-оздоровительного этапа*:

- расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности;
- укрепление здоровья, физического развития и подготовленности;
- воспитание личностных качеств;
- ознакомление с основами спортивной техники избранного вида спорта в процессе регулярных многолетних физкультурно-спортивных занятий.

Спортивно-оздоровительные группы формируются из числа всех желающих заниматься спортом.

«Дополнительная общеразвивающая программа по настольному теннису» спортивно-оздоровительный этап (срок освоения 1 год):

Основные задачи *спортивно-оздоровительного этапа*:

- расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности;
- укрепление здоровья, физического развития и подготовленности;
- воспитание личностных качеств;
- ознакомление с основами спортивной техники избранного вида спорта в процессе регулярных многолетних физкультурно-спортивных занятий.

Спортивно-оздоровительные группы формируются из числа всех желающих заниматься спортом.

2.2. «Дополнительная предпрофессиональная образовательная программа по шахматам» (срок освоения до 8 лет)

Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам (периодам) подготовки:

- этап начальной подготовки - до 3 лет.
- тренировочный этап (период базовой подготовки) - до 2 лет.
- тренировочный этап (период спортивной специализации) - до 3 лет

На начальный этап подготовки набор (индивидуальный отбор) осуществляется из числа учащихся общеобразовательных школ, достигшие 8-летнего возраста, желающие заниматься футболом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники футбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления в тренировочные группы. *Основные задачи этапа начальной подготовки (НП)* — вовлечение максимального числа детей и подростков в систему спортивной подготовки по шахматам, направленную на гармоническое развитие физических качеств, общей физической подготовки и изучение базовой техники шахмат, волевых и морально-этических качеств личности, формирования потребности к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

На тренировочный этап подготовки группы формируются на основе индивидуального отбора из здоровых и практически здоровых учащихся, прошедших необходимую подготовку не менее 1 года и выполнивших приемные нормативы по общефизической и специальной подготовке. Перевод по годам обучения в ПТ осуществляется при условии выполнения контрольно-переводных нормативов по теоретической, общей физической и специальной подготовке.

*Основные задачи тренировочного этапа:*

- специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта;
- освоение объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программами по видам спорта;
- освоение теоретического раздела программы.

На данный этап зачисляются практически здоровые учащиеся, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года, при условии выполнения контрольных нормативов.

«Дополнительная предпрофессиональная образовательная программа по настольному теннису» (срок освоения до 8 лет)

Организация занятий по Программе осуществляется по следующим этапам (периодам) подготовки:

- этап начальной подготовки - до 3 лет.
- тренировочный этап (период базовой подготовки) - до 2 лет.
- тренировочный этап (период спортивной специализации) - до 3 лет

На начальный этап подготовки набор (индивидуальный отбор) осуществляется из числа учащихся общеобразовательных школ, достигшие 8-летнего возраста, желающие заниматься футболом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники футбола, выполнение контрольных нормативов для зачисления в тренировочные группы. *Основные задачи этапа начальной подготовки (НП)* — вовлечение максимального числа детей и подростков в систему спортивной подготовки по настольному теннису, направленную на гармоническое развитие физических качеств, общей физической подготовки и изучение базовой техники настольного тенниса, волевых и морально-этических качеств личности, формирования потребности к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

На тренировочный этап подготовки группы формируются на основе индивидуального отбора из здоровых и практически здоровых учащихся, прошедших необходимую подготовку не менее 1 года и выполнивших приемные нормативы по общефизической и специальной подготовке. Перевод по годам обучения в ПТ

осуществляется при условии выполнения контрольно-переводных нормативов по теоретической, общей физической и специальной подготовке.

*Основные задачи тренировочного этапа:*

- специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта;
- освоение объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программами по видам спорта;
- освоение теоретического раздела программы.

На данный этап зачисляются практически здоровые учащиеся, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года, при условии выполнения контрольных нормативов.

3. Обучение в школе ведется на русском языке.

4. Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяются с учетом техники безопасности в соответствии с образовательными программами.

**Рекомендуемая наполняемость групп и минимальный возраст для зачисления на этапах обучения.**

Наименование этапа	Период обучения	Наполняемость групп, чел		Минимальный возраст для зачисления
		минимальное	максимальное	
начальной подготовки	1 год	14	16	7-9 лет
	2-3 год	12	16	8-11 лет
Тренировочный	1 год	10	10-14	10-12 лет
	2 год	10		11-13 лет
	3 год	8		12-14 лет
	4 год	8		13-15 лет
	5 год	8		14-16 лет
Спортивно-оздоровительный	Весь период	15	20	6 лет

Возраст учащихся определяется годом рождения и является минимальным для зачисления в учебные группы. Допускается превышение указанного возраста не более чем на два года.

5. Образовательный процесс в школе осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого школой самостоятельно в соответствии с примерным учебным планом, и регламентируется расписанием занятий.

6. Годовой учебный план разрабатывается и утверждается директором школы.

7. Режим тренировочных занятий соответствует этапу подготовки и устанавливается расписанием, утверждаемым директором Школы по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей. Недельный режим тренировочной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки.

Общий годовой объем тренировочной нагрузки, предусмотренными режимами нагрузки, начиная с учебно-тренировочного этапа, может быть сокращен не более чем на 25%.

8. В Школе максимальная продолжительность учебно-тренировочных занятий в неделю не может превышать:

- 6 часов на спортивно-оздоровительном этапе;
- 6 часов на этапе начальной подготовки до 1 года.
- 8 часов на этапе начальной подготовки свыше 1 года
- 12 часов на тренировочном этапе (период базовой подготовки) – до 2 лет.
- 18 часов на тренировочном этапе (период спортивной специализации) – свыше 2

лет.

9. Освоение образовательных программ завершается проведением контрольных испытаний обучающихся. Школа самостоятельно в выборе системы оценок, формы, порядка и периодичности проведения тестирования обучающихся в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации».

10. При объединении в одну группу обучающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности рекомендуется не превышать разницу в уровне их спортивного мастерства свыше двух спортивных разрядов.

11. При объединении в расписание в одну группу занимающихся на тренировочном этапе и на этапе начальной подготовки максимальный количественный состав не может превышать 25 человек.

12. Учебный год в школе начинается 1 сентября. Продолжительность учебного года в школе не менее 46 недель, из которых 42 недели непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 4 недели в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и самостоятельная работа обучающихся в т.ч. и по индивидуальным планам на период их активного отдыха.

13. Для обеспечения круглогодичности тренировочных занятий и активного отдыха учащихся в период каникул организуются спортивно-оздоровительные лагеря, которые организуют свою практическую работу в соответствии с положениями, утвержденными в установленном порядке.

14. По всем видам спорта для проведения занятий в учебно-тренировочных группах, кроме основного тренера-преподавателя допускается при необходимости привлекать дополнительно тренеров-преподавателей и других специалистов в пределах количества часов образовательной программы.

15. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия, участие в соревнованиях, сборах, пребывание в спортивно-оздоровительных лагерях.

16. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах по 45 минут. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать на этапах:

- спортивно-оздоровительном - двух академических часов;
- начальной подготовки – двух академических часов.
- учебно-тренировочном – трех академических часов.

Порядок комплектования

«СОГЛАСОВАНО»  
Совет родителей  
МОУДО «СШ № 4»  
« 01» сентября 2016г.



«УТВЕРЖДЕНО»  
Директор. Муниципального  
дополнительного образования  
М.В.Маринин  
«01» сентября 2016г.

ПРИНЯТО  
На заседании Педагогического совета  
МОУДО «СШ № 4»  
Протокол от 01.09.2016 г. № 2

### Режим работы обучающихся МОУДО «СШ № 4».

	Возраст	Количественный состав группы	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академич. часах.	Требования по спортивной подготовке настольный теннис	Требования по спортивной подготовке шахматы
отделение	настольный теннис шахматы	настольный теннис шахматы	настольный теннис шахматы		
Группы СОЭ	с 6 лет	15-20	6	ОФП	ОФП
ЭНП- 1г.о.	7,8,9 лет	14-16	6	ОФП СФП	ОФП теор. зачет
ЭНП- 2г.о.	8,9,10 лет	14-16	8	ОФП СФП	ОФП теор.зачет
ЭНП- 3г.о.	9,10,11 лет	12-14	8	ОФП СФП	ОФП теор.зачет
ТЭ - 1 г. о.	10,11,12 лет	10-14	12	10%-3юн.** ОФП СФП	10%-3юн.** ОФП теор.зачет
ТЭ - 2 г. о.	11,12,13 лет	10-12	12	30%-3 юн.** ОФП СФП	30% -3юн.** ОФП теор.зачет
ТЭ - 3 г. о.	12,13,14 лет	8-10	18	20%- 2юн.** 80%- 3юн. ОФП СФП	20%- 2юн.** 80%- 3-юн. ОФП теор.зачет
ТЭ - 4 г.о.	13,14,15 лет	8-10	18	30%- 1юн.** 70%- 2юн. ОФП СФП	30%-1юн.** 70%- 2юн. ОФП теор.зачет
ТЭ - 5 г.о.	14,15,16 *лет	8-10	18	30%- 1юн.** 70%- 2юн. ОФП СФП	50%-1юн.** 50%- 2юн. ОФП теор.зачет

\* При положительной динамике результатов учащиеся могут заниматься до 18 лет.

\*\*В иных случаях решения рассматриваются и принимаются педагогическим советом.