



Утверждаю _____
Директор ДЮСШ №4
В.Ф Рязанцев

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

**обучающихся Муниципального образовательного учреждения
дополнительного образования детей детско – юношеской спортивной
школы №4**

Основными формами образовательного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам (на учебно-тренировочном этапе свыше 2 года обучения и групп спортивного совершенствования);
- участие в соревнованиях различного уровня;
- учебно-тренировочные сборы;
- инструкторская и судейская практика;
- летние спортивно-оздоровительные лагеря.

Продолжительность учебно-тренировочного и теоретического занятия:

- с детьми дошкольного возраста не должна превышать 30 минут;
- в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки - не более 2 часов;
- в учебно-тренировочных группах – 3 – 4 часа;

В ДЮСШ установлен следующий режим занятий с обучающимися:

Учебный год начинается 1 сентября, его продолжительность составляет 52 учебные недели учебно-тренировочных занятий в условиях ДЮСШ, в том числе 3 недели в условиях спортивно-оздоровительного лагеря;

Режим занятий в МОУ ДО ДЮСШ №4

Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года. Учебный год во всех группах начинается с 1 сентября. Набор в группы начальной подготовки 1-го года обучения и в спортивно-оздоровительные группы проводится до 15 сентября текущего года.

Занятия в Учреждении проводятся ежедневно, включая выходные дни, согласно утвержденному расписанию. Начало занятий в ДЮСШ №4 с 8.00 часов, окончание обучающиеся до 16 лет – не позднее 20.00 часов, обучающиеся 17-18 лет – не позднее 21.00.

Расписание занятий составляется по представлению тренеров-преподавателей в целях создания более благоприятных условий для тренировок, отдыха обучающихся, с учетом расписания занятий общеобразовательных и иных образовательных учреждений.

Продолжительность одного занятия в группах спортивно-оздоровительной направленности и начальной подготовки до года не должна превышать 2 академических часов, в группах начальной подготовки свыше года – не более 3-х часов, в учебно-тренировочных группах – 3-4 академических часа.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах по 45 минут. Объем учебно-тренировочной нагрузки определяется нормативными документами по видам спорта.

Состав и нагрузка в спортивно – оздоровительных группах.

Наименование групп	Наполняемость групп	Часов в неделю
СОГ	20 человек	4 - 6 часов

Состав в группах и нагрузка на этапе начальной подготовки.

Наименование групп	Наполняемость групп	Часов в неделю
ГНП до года	20 человек	6 часов
ГНП свыше года	20 человек	8 часов

Состав в группах и нагрузка в учебно – тренировочных группах

Наименование групп	Наполняемость групп	Часов в неделю
УТГ 1 год	1 год до 12 человек	10 часов
УТГ 2 год	2 год до 12 человек	10 часов
УТГ 3 год	3 год до 12 человек	12 часов
УТГ 4 год	4 год до 12 человек	12 часов
УТГ 5 год	5-год до 12 человек	12 часов

Наличие и количество групп спортивно – оздоровительной подготовки, начальной подготовки, учебно – тренировочных групп, определяется директором ДЮСШ №4.

Для подготовки обучающихся в личных и командных видах спортивных дисциплин ДЮСШ №4 вправе проводить учебно-тренировочные сборы.

В каникулярное время организуется спортивно- оздоровительные лагеря с дневным пребыванием детей (режим работы по плану работы детского-оздоровительного лагеря).