**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «РАДИЙ»**

Согласовано: Утверждено:

Тренерским советом приказом директора

МБУ СШ «Радий» МБУ СШ «Радий»

от .08.2019г. протокол № 3 от 23.08.2019г. № -о

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**О РЕЖИМЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА**

**МБУ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «РАДИЙ»**

г. Нижний Новгород

2019г.

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме тренировочного процесса МБУ СШ «Радий» (далее - СШ «Радий») разработано на основе следующих документов:

- СанПиН 2.1.2.3304-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта";

- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Устава МБУ СШ «Радий».

1.2. Настоящее положение регулирует режим занятий занимающихся в СШ «Радий» по программам спортивной подготовки по видам спорта и по программам физкультурно-оздоровительной направленности.

1.3. Для осуществления тренировочного процесса СШ «Радий» самостоятельно разрабатывает и утверждает годовые тренировочные планы (годовой план работы), рассчитанные в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта на основе утвержденных программ спортивной подготовки по видам спорта, тренировочные планы-графики по видам спорта, расписание занятий, календарный план спортивно-массовых мероприятий, план воспитательной работы.

1.4. Для проведения физкультурно-оздоровительной работы с различными группами населения СШ «Радий» самостоятельно разрабатывает тренировочные планы на основе утвержденных программ физкультурно-оздоровительной направленности.

1.5. Организацию тренировочного процесса осуществляют тренеры, специалисты и административные работники в соответствии с перечнем обязанностей, установленными должностными инструкциями.

1.6. Занятия в СШ «Радий» осуществляется на русском языке.

2. Режим работы СШ «Радий» во время организации тренировочного процесса.

2.1. Тренировочный процесс в СШ «Радий» начинается 1 сентября. Продолжительность тренировочного процесса 52 недели, из них 46 недель тренировочных занятий в условиях спортивной школы плюс 6 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, тренировочных сборах и индивидуальной подготовки. Окончание тренировочного года 31 августа.

2.2. Физкультурно-оздоровительная работа с различными группами населения начинается 1 сентября. Продолжительность работы 46 недель в соответствии с утвержденными общеразвивающими программами физкультурно-оздоровительной направленности по видам спорта.

2.2. Тренировочные занятия организуются в две смены, включая выходные и праздничные дни. Режим работы – с 8.00 до 20.00. Для занимающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00.

Продолжительность занятия:

- физкультурно-оздоровительные группы – не более 2-х академических часов;

- группы начальной подготовки – не более 2 академических часов;

- учебно-тренировочные группы – 2-3 академических часа.

2.3. Количество занятий в неделю:

- физкультурно-оздоровительные группы — 2-4 занятия в неделю;

- спортивная подготовка:

- на этапе начальной подготовки до года — 3-4 занятия в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года — 4 занятия в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе до 2-х лет — 4-6 занятий в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе свыше 2-х лет — 6 занятий в неделю.

2.4. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей обучающихся;

- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на соревнованиях в пару, группу;

- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам спортивной подготовки;

- тренировочные сборы;

- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;

- инструкторская и судейская практика;

- медико-восстановительные мероприятия;

- тестирование.

2.5.  Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований, турниров по различным видам спорта, командирование команд спортсменов на соревнования различного уровня.

2.6. Количественный состав физкультурно-оздоровительных групп и групп спортивной подготовки, минимальный возраст зачисления в группы определяются программами физкультурно-оздоровительной направленности и программами спортивной подготовки по видам спорта.

2.7. СШ «Радий» организует работу с детьми в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

В каникулярное время в СШ «Радий»:

- организуются тренировочные занятия по утвержденному расписанию;

- проводятся спортивно-массовые, воспитательные мероприятия;

- организуется профильный спортивный лагерь с постоянными и (или) переменными составами детей на своей базе;

- проводятся УТС на своей базе и на стационарных загородных базах.

Занимающиеся посещают мероприятия в каникулярное время по желанию.