

РАССМОТРЕНО

На педагогическом совете  
Протокол № 2 от  
« 27 » октября 2015 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ДЮСШ по  
шахматам № 4 ст. Северской МО  
Северский район  
Е. С. Терентьева  
« 28 » октября 2015 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

### ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА МБУ ДО ДЮСШ по шахматам №4 ст. Северской МО Северский район

#### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение об организации тренировочного процесса (далее – Положение), разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», приказом Министерства спорта РФ от 27.12.2013г. № 1125. «Особенностями организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации тренировочного процесса и регламентирует режим учебно-тренировочных занятий обучающихся МБУ ДО ДЮСШ по шахматам №4 ст. Северской МО Северский район (далее – ДЮСШ).

#### 2. Организация режима занятий учащихся.

2.1. Организация тренировочного процесса ДЮСШ регламентируется учебным планом, календарным планом спортивно-массовых мероприятий, расписанием учебно - тренировочных занятий.

2.2. ДЮСШ организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Учебный год начинается 1 января и заканчивается 31 декабря.

2.3. Занятия с обучающимися проводятся в течение недели, включая субботу, воскресенье и каникулы. В каникулярное время посещаемость в учебно-тренировочных группах может составлять 50 %.

2.4. Занятия начинаются в 8.00, окончание занятий в 20.00.

2.5. Занятия организуются в две смены. Между сменами организуется не менее 30-минутный технический перерыв для уборки и проветривания помещений.

2.6. Предметом деятельности ДЮСШ является реализация дополнительных общеобразовательных программ и программ спортивной подготовки.



2.7. Содержание дополнительных общеразвивающих программ и сроки обучения по ним определяются образовательной программой, разработанной и утвержденной ДЮСШ.

2.8. Содержание дополнительных предпрофессиональных программ определяется федеральными государственными требованиями с учетом требований федеральных государственных стандартов по виду спорта «Шахматы».

2.9. Тренировочный процесс в ДЮСШ осуществляется на этапах:

- спортивно-оздоровительном,
- начальной подготовки,
- тренировочном (этап спортивной специализации),
- совершенствования спортивного мастерства (по согласованию с Учредителем).

2.10. Формы организации тренировочного процесса:

- тренировочные занятия с группой;
- индивидуальные тренировочные занятия;
- самостоятельная работа учащихся по индивидуальным планам;
- участие в соревнованиях и иных мероприятиях;
- учебно-тренировочные сборы;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- оздоровительные мероприятия;
- аттестация учащихся.

2.11. Тренировочный процесс в отделениях по видам спорта проводится в соответствии с годовым учебным планом на 46 недель.

2.11. Учебно-тренировочные занятия с обучающимися осуществляются в соответствии с расписанием. Расписание учебно-тренировочных занятий групп составляется администрацией ДЮСШ по представлению расписаний тренеров-преподавателей для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся, с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся.

Расписание в течение года может корректироваться в связи с производственной необходимостью. Допускается разовый перенос учебно-тренировочных занятий тренерами-преподавателями по согласованию с администрацией школы.

2.12. Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта, рассчитывается



в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать:

на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов;

на этапе начальной подготовки - 2 часов;

на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - 3 часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства - 4 часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

2.13. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп:

а) по образовательным программам, реализуемым в области физической культуры и спорта;

б) по программам спортивной подготовки;

в) по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта и программам спортивной подготовки.

При этом необходимо соблюдать все перечисленные ниже условия:

разница в уровне подготовки занимающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;

не превышен максимальный количественный состав объединенной группы.

2.14. Учебно-тренировочные занятия обучающихся в период каникул могут проводиться по временному расписанию учебно-тренировочных занятий, плану работы ДЮСШ как в форме учебно-тренировочных занятий, так и в форме досуговых мероприятий (спортивно-массовые мероприятия).

2.15. Проведение соревнований разрешается только после издания соответствующего приказа директора ДЮСШ.

3. Особенности формирования групп и определения объема недельной тренировочной нагрузки занимающихся с учетом этапов и периодов подготовки.

Приложение 1.



Особенности формирования групп и определения объема недельной тренировочной нагрузки занимающихся с учетом этапов и периодов подготовки.

Этап подготовки	Год обучения	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах	Продолжительность одного занятия
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	8 - 10	12	12	3 по 45 мин(10 минут перерыв между занятиями)
	4	8 - 10	12	12	3 по 45 мин(10 минут перерыв между занятиями)
	3	10 - 12	14	12	3 по 45 мин (10 минут перерыв между занятиями)
	2	10 - 12	14	9	3 по 45 мин (10 минут перерыв между занятиями)
	1	10 - 12	14	9	3 по 45 мин (10 минут перерыв между занятиями)
Этап начальной подготовки	2	12 - 14	20	8	2 по 45 мин (10 минут перерыв между занятиями)
	1	14 - 16	25	6	2 по 45 мин (10 минут перерыв между занятиями)
Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	15 - 20	30	до 6	2 по 45 мин (10 минут перерыв между занятиями)