

Муниципальная бюджетная образовательная организация дополнительного образования «детско-юношеская спортивная школа» муниципального района «Усть-Майский улус (район)» Республики Саха (Якутия)

Принято
решение Тренерско-преподавательского совета
ДЮСШ
протокол № 5 от 07 сентября 2020г.

Утверждено
приказом директора ДЮСШ
№ 114 от 8 сентября 2020г.



Р.В. Кравченко

ПОЛОЖЕНИЕ
ОБ УСТАНОВЛЕНИИ РЕЖИМА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ И
ПОРЯДКА КОМПЛЕКТОВАНИЯ УЧЕБНЫХ ГРУПП
МУНИЦИПАЛЬНОЙ БЮДЖЕТНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ
ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «УСТЬ-МАЙСКИЙ УЛУС (РАЙОН)»
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)

п. Усть-Мая
2020г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

1.1. Настоящее Положение разработано в целях установления режима учебных занятий, установления порядка комплектования учебных групп, перевода учащихся на каждый последующий год обучения в муниципальной бюджетной образовательной организации дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района «Усть-Майский улус (район)» Республики Саха (Якутия) (далее – Организация) и соответствует требованиям законодательства Российской Федерации в сфере дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

1.2. Настоящее положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172 - 14, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. N 41; СанПиН 2.4.1.3049 - 13, утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. N 26 в (ред. от 27.08.2015), Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. №1125, уставом Организации.

1.3. Занятия в Организации проводятся по дополнительным общеобразовательным программам физкультурно-спортивной направленности, разработанным и утвержденным Организацией самостоятельно на основе примерных (типовых) программ по видам спорта (общеразвивающие программы), федеральных государственных требований по избранным видам спорта с учетом федеральных стандартов спортивной подготовки (предпрофессиональные программы).

1.4. Минимальный возраст и максимальный возраст для зачисления в Организацию:

- обучающимся по общеобразовательным программам для спортивно-оздоровительных групп (СОГ) дети с 5 до 18 лет и взрослые.

- обучающимся по общеобразовательным программам для групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп (ЭНП, ТЭ) дети с 7 до 18 лет.

1.5. При соблюдении организационно методических и медицинских требований спортивная школа может осуществлять набор детей раннего возраста. Условиями данного набора являются:

- наличие письменного заявления одного из родителей (законного представителя) ребенка;

- наличие учебной программы, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;

- сохранение спортивной школой набора детей в спортивно - оздоровительные группы и группы начальной подготовки в возрастном диапазоне, рекомендованном учебной программой;

- наличие у тренера-преподавателя, работающего с детьми раннего возраста, квалификационной категории или специальных курсов повышения квалификации.

2. РЕЖИМ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

2.1. Организация организует работу с учащимися в течение всего календарного года, в том числе в выходные дни и в каникулярное время (с постоянным и (или) переменным составом). Обучение в группах может проходить по специальному расписанию, утвержденному директором (в период каникул), а также по индивидуальным планам обучающихся. Начало и окончание учебного года в Организации зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных мероприятий, периодизации спортивной подготовки и устанавливается администрацией Организации для каждого вида спорта индивидуально.

2.2. Образовательный процесс осуществляется на основе утвержденного директором учебного плана, рассчитанного на 38 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ и дополнительно 14 недель (участие в учебно-

тренировочных сборах и соревнованиях, занятия по индивидуальным планам учащихся, спортивно-оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, инструкторско-судейская практика), разрабатываемого организацией самостоятельно в соответствии с дополнительными общеобразовательными программами физкультурно-спортивной направленности по видам спорта, и регламентируется утвержденным директором расписания учебно-тренировочных занятий.

2.3. Обучение проводится согласно расписанию занятий. Расписание занятий составляется администрацией и/или старшими тренерами-преподавателями филиалов с учетом пожеланий родителей (законных представителей) детей, в целях установления наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

2.4. Режим проведения учебно-тренировочных занятий (согласно утвержденному расписанию) с 8.30 часов утра и заканчивается не позднее 20.00 часов, для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

2.5. Организация реализует общеобразовательные программы по этапам и периодам подготовки на:

- спортивно-оздоровительном этапе (весь период);
- этапе начальной подготовки (периоды: до одного года; свыше 1 года), продолжительность обучения составляет – до 3 лет;
- тренировочном этапе (этап спортивной специализации) (периоды: начальная специализация; углубленная специализация), продолжительность обучения составляет – до 5 лет;

Для обучающихся, планирующих поступление в образовательные организации профессионального образования, реализующих основные профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта, срок освоения дополнительной общеобразовательной программы может быть увеличен на один год.

2.6. Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет:

- на спортивно-оздоровительном этапе 2 (два) академических часа.
- на этапе начальной подготовке 2 (два) академических часа.
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 3 (три) академических часа.

2.7. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах. Академический час в Организации составляет 45 минут.

Продолжительность учебно-тренировочных занятий в организации для обучающихся в возрасте 5-8 лет составляет 1 академический час, для обучающихся 9 лет и старше продолжительность учебно-тренировочного занятия составляет 2 академических часа с перерывом 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

2.8. Продолжительность учебной недели составляет шесть дней кроме воскресенья.

2.9. В Организации максимальная продолжительность учебно-тренировочных занятий в неделю в зависимости от вида спорта 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;
- 10 часов на тренировочном этапе (этап спортивной специализации);

2.10. Основные формы организации тренировочного процесса:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу, или экипаж;
- самостоятельная работа, занимающихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;

- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся, воспитанников.

2.11. Занятия могут проводиться в разновозрастных и разновозрастных группах, индивидуально или всем составом объединения. Каждый обучающийся имеет право заниматься в нескольких объединениях, менять их в соответствии с их потребностями и способностями.

В работе групп, объединений могут участвовать совместно с детьми их родители (законные представители) без включения в основной состав, если обучение бесплатное, при наличии условий и согласия тренера-преподавателя группы.

3. КОМПЛЕКТОВАНИЕ ГРУПП И ПЕРЕВОДА НА СЛЕДУЮЩИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

3.1. Зачисление в группы ДЮСШ по видам спорта по дополнительным общеразвивающим программам проводится по желанию поступающих на основании заявления родителей (законных представителей). Зачисление на обучение дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта производится на основании порядка приема по индивидуальному отбору.

3.2. Особенности зачисления в учебные группы на этапах подготовки:

3.2.1. Спортивно-оздоровительные группы в ДЮСШ формируются, как из вновь зачисляемых в спортивную школу обучающихся, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, освоение основ гигиены и самоконтроля.

3.2.2. На этап начальной подготовки зачисляются дети, не имеющие медицинских противопоказаний и желающие заниматься спортом в детско-юношеской спортивной школе. На данном этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных испытаний для зачисления на учебно-тренировочный этап.

3.2.3. На тренировочном этапе (этап спортивной специализации) зачисляются дети только здоровые и практически здоровые, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года при условии выполнении ими контрольных испытаний по общей и специальной физической подготовке, установленных учебными программами.

3.2.5. Решением Тренерско-преподавательского совета допускается зачисление одаренных и талантливых детей на учебно-тренировочный этап и этап начальной подготовки второго и третьего года обучения после сдачи ими контрольных испытаний по ОФП (на этапе начальной подготовки); ОФП и СФП (на тренировочном этапе (этап спортивной специализации) и медицинской справки о состоянии здоровья.

3.3. Комплектование вновь созданных групп (1 года начальной подготовки, спортивно-оздоровительных групп) осуществляется тренером-преподавателем, в связи с круглогодичным спортивным сезоном:

- не позднее 1 октября текущего года;

3.4. Зачисление учащихся на все этапы обучения оформляется приказом директора ДЮСШ.

3.5. Учащиеся, зачисление которых производилось в течение учебного года, считаются выполнившими программу данного года обучения и могут быть переведены на

следующий год данного этапа обучения при условии успешной сдачи контрольных испытаний.

3.6. При комплектовании групп допускается разница в возрасте детей в одной группе:

- спортивно-оздоровительный этап - все возрастные категории;
- этап начальной подготовки - до 5 лет (учитывая год рождения);
- тренировочный этап (этап спортивной специализации) - до 5 лет (учитывая год рождения);

3.7. Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп. При объединении в одну группу обучающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов.

3.8. Перевод обучающихся в группу следующего года обучения или более высокого этапа спортивной подготовки осуществляется на основании решения Тренерско-преподавательского совета, выполнения контрольных нормативов, а также заключения врача. Обучающиеся, не выполнившие требования, могут быть зачислены в ту же группу для повторного прохождения обучения (но не более одного раза на данном этапе подготовки), либо переведены в спортивно-оздоровительную группу.

3.9. Отдельные обучающиеся, не достигшие установленного возраста для перевода на следующий этап обучения, но выполнившие программные требования предыдущего года обучения, могут переводиться на следующий этап решением Тренерско-преподавательского совета при наличии медицинского заключения.

3.10. Сроки проведения диагностики результативности и подведение итогов реализации программ.

- один раз в год (май) проводится промежуточная аттестация, в течение года текущий контроль.

3.11. Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется с учетом техники безопасности в соответствии с учебной программой.

При отсутствии в утвержденной программе по виду спорта нормативов по наполняемости учебных групп и максимальному объему учебно-тренировочной нагрузки устанавливаются согласно приложению №1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 к настоящему положению.

3.11.1. Недельный режим учебно-тренировочной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от периода и задач подготовки.

3.11.2. По окончании учебного года количественный состав группы может составлять 50% от имеющегося.

3.12. Выпускниками спортивной школы являются обучающиеся, прошедшие подготовку и сдавшие выпускные нормативы. Зачисление и выпуск учащихся оформляется приказом директора Организации.

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **БАСКЕТБОЛ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	7	15
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	8	15
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8			
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10-12	2-3	12	12
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12-18			

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ВОЛЕЙБОЛ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	7	14
Этап начальной подготовки (НП)/ три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	9	14
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	12	12
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь Период	Без ограничений	6	1-2	5	10
Этап начальной подготовки (НП)/ три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	9	10
	Свыше 1 года (НП- 2,3)	2	8			
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) пять лет	Начальная специализация (ТСС- 1,2)	До 2 лет	10	2-3	12	8
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12			

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	7	8
Этап начальной подготовки (НП)/ три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	9	12
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС)/ пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	12	10
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **МАС-РЕСТЛИНГ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	10	10
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	10	12
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2	11	12
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / четыре года	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	по итогам контрольных нормативов	10
	Углубленная специализация (ТСС-3,4)	Свыше 2-х лет	12			8

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	5	10
Этап начальной подготовки (НП)/ три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	7	10
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС)/ пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	8	8
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ВОЛЬНАЯ БОРЬБА, БОРЬБА ХАПСАГАЙ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	6	12
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	10	12
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / четыре года	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	12	10
	Углубленная специализация (ТСС-3,4)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ФУТБОЛ, МИНИ-ФУТБОЛ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	7	12
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	8	12
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	10	12
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ШАШКИ и ШАХМАТЫ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период (СО)	Без ограничений	6	1-2	5	10
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	7	10
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8			
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	8	6
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12			

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ФИТНЕС-АЭРОБИКА**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период (СО)	Без ограничений	6	1-2	5	10
Этап начальной подготовки (НП) / три года	НП-1	1	6	1-2	7	8
	НП-2	2	8			
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	8	6
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12			

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **СЕВЕРНОЕ МНОГОБОРЬЕ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	7	10
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	9	10
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / четыре года	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	11	8
	Углубленная специализация (ТСС-3,4)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **ПАУЭРЛИФТИНГ**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	10	10
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	10	10
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / четыре года	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	12	6
	Углубленная специализация (ТСС-3,4)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: САМБО

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	7	12
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	12	10
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / четыре года	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	14	2
	Углубленная специализация (ТСС-3,4)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: ДЗЮДО

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период	Без ограничений	6	1-2	6	12
Этап начальной подготовки (НП) / три года	До года (НП-1)	1	6	1-2	7	10
	Свыше 1 года (НП-2,3)	2	8	1-2		
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / четыре года	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	11	6
	Углубленная специализация (ТСС-3,4)	Свыше 2-х лет	12	2-3		

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спорта

Вид спорта: **СМЕШАННОЕ БОЕВОЕ ЕДИНОБОРСТВО (ММА)**

Этап спортивной подготовки/ продолжительность этапа в годах	Период обучения (года обучения)	Срок подготовки (год)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академ. час)	Продолжительность одного занятия (академ. час)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)
Спортивно оздоровительный этап (СО) / весь период	Весь период (СО)	Без ограничений	6	1-2	8	12
Этап начальной подготовки (НП) / три года	НП-1	1	6	1-2	10	12
	НП-2	2	8			
Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (ТСС) / пять лет	Начальная специализация (ТСС-1,2)	До 2 лет	10	2-3	12	10
	Углубленная специализация (ТСС-3,4,5)	Свыше 2-х лет	12			