

## Режим работы учреждения.

Учебный год в МУДО «ДЮСШ начинается с 1 сентября.

Тренировочные занятия на отделениях по видам спорта проводятся:

- по дополнительным предпрофессиональным программам, разработанными в МБУДО «ДЮСШ», учебному плану, рассчитанному на 46 недель тренировочных занятий и 6 недель восстановительные мероприятия;
- по дополнительным общеразвивающим программам, разработанными в МБУДО «ДЮСШ», учебному плану, рассчитанному на 39 недель тренировочных занятий;

### **Тренировочные занятия с обучающимися:**

- общеобразовательных школ в возрасте до 16 лет проводятся с 8.00 до 20.00 часов.
- общеобразовательных школ в возрасте от 16 до 18 лет занятия проводятся с 8.00 до 21.00 часа.

Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.

Продолжительность одного тренировочного занятия в день:

- на этапе спортивно - оздоровительном и начальной подготовки до 2 академических часов;
- на этапе тренировочном – до 3 академических часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – до 4 академических часов.

Один академический час равен 45 минутам.

Расписание занятий составляется по предоставлению тренеров-преподавателей для создания наиболее благоприятного режима труда, обучения и отдыха обучающихся, с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

Общегодовой объем тренировочной работы, предусмотренный указанными режимами работы, начиная с тренировочного этапа подготовки, может быть сокращен не более на 25%.

Основными формами работы МБУДО «Детско-юношеская спортивная школа» являются:

- тренировочные занятия (групповые);
- тренировочные занятия на учебно-тренировочных сборах;
- участие в спортивных соревнованиях;
- теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия.