

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 2 от «21» марта 2023 г.



КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

МБОУДО «СШ № 7» по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «ВЕЛОСИПЕДНЫЙ СПОРТ» на 2023-2024 учебный год.

1. Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа № 7» осуществляет деятельность по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Велосипедный спорт» (велоспорт-маунтинбайк).

Начало учебно-тренировочных занятий	01 сентября 2022 г.
Окончание учебно-тренировочных занятий	31 августа 2023 г.
Продолжительность учебного года	52 недели
Сроки проведения аттестации	май 2023 г.
Спортивно-массовые мероприятия и соревнования	Согласно утвержденного календарного плана спортивных и физкультурных мероприятий

2. Режим работы.

Количество часов в неделю

Этап начальной подготовки				Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)				Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства		
Первый год	Второй год	Третий год	Четвертый год	Первый год	Второй год	Третий год	Четвертый год	До года	Свыше года	Первый год	Второй год	Свыше двух лет
6	7	9	12	15	18	21	24	27	30	33	36	36

Продолжительность учебно-тренировочной недели:

- Шестидневная рабочая неделя с одним выходным днем (в зависимости от нагрузки и этапа подготовки).

Регламентирование учебно-тренировочного процесса:

- Учебно-тренировочные занятия начинаются в 08.00ч. и заканчиваются не позднее 20.00ч.

Продолжительность занятий исчисляется в астрономических часах - 1 час равен 60 минутам. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21:00 часов.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рассчитывается с учетом возрастных особенностей и этапа спортивной подготовки и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки 1 года обучения - 2 часов (120 минут);
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 3 часа (180 минут).
- на этапе спортивного совершенствования мастерства – 4 часа (240 минут).

Учебно-тренировочные занятия в группах проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, в зависимости от смены обучения в общеобразовательных учреждениях.

Виды подготовки и иные мероприятия.

Виды подготовки	Этап начальной подготовки				Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства	
	Первый	Второй	Третий	Четвертый	Первый	Второй	Третий	Четвертый	годовой	До года	Свыше года
Раздел 1. Теоретическая подготовка	24	30	36	42	48	54	60	66		72	78
Раздел 2. Практическая подготовка	232	273	366	511	621	753	877	1005		1094	1254
2.1. Специальная физическая подготовка	58	64	108	193	259	365	445	553		620	748
2.2. Общая физическая подготовка	144	149	174	204	218	238	258	278		300	320
2.3. Специальная техническая подготовка	30	42	54	69	84	87	102	96		90	96
2.4. Специальная психологическая подготовка	-	6	6	9	12	15	24	24		24	30
2.5. Восстановительные мероприятия	-	12	24	36	48	48	48	54		60	60
Раздел 3. Самоконтроль, контроль, тестирование и анализ данных спортивной подготовки	50	50	50	50	75	75	75	75		100	100
Раздел 4. Медицинские осмотры (обследования), врачебно-	6	6	6	6	12	12	12	12		18	18

педагогические наблюдения										
Раздел 5. Участие в спортивных соревнованиях	-	5	10	15	24	32	48	60	100	100
Раздел 6. Судейская практика	-	-	-	-	-	10	20	30	20	10
Всего:	312	364	468	624	780	936	1092	1248	1404	1560

3. Промежуточная аттестация проводится ежегодно (май, июнь) по итогам каждого года обучения.

Итоговая аттестация проводится по итогам завершения освоения программы в полном объеме (учебно-тренировочного этапа или этапа совершенствования спортивного мастерства).

Промежуточная и итоговая аттестация проводится в форме приема контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками, а также учета результатов участия, обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению Организации с учетом позиции регионального центра спортивной подготовки в случае невозможности ее проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы.

В случае, если на одном из этапов спортивной подготовки результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным Программой, обучающийся отчисляется на данном этапе спортивной подготовки.

По заявлению обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося Организация осуществляет перевод такого обучающегося на соответствующую дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта (при ее реализации),

4. Родительские собрания проводятся в учебных группах по усмотрению тренера-преподавателя не реже двух раз в год.

5. Регламент административных совещаний:

Тренерский и методический совет – ежемесячно. Педагогический совет – раз в квартал.