

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО «КСШ»
Е.С.Зубова
« 01 » 09 2023г.

**Режим работы
МБОУ ДО «Каргасокская спортивная школа»
На 2023 – 2024 учебный год**

Школа работает в режиме 6-ти дневной рабочей недели.

Время работы школы с 8.30 до 21.00 часов.

Время одного часа занятий в спортивно оздоровительных группах 45 минут.

Время одного часа занятий в группах спортивной подготовки 60 минут.

Продолжительность учебного года 42 недели учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях спортивной школы; дополнительно до 6 недель — в условиях оздоровительно-спортивного лагеря, спортивных сборов; от 4 недель по индивидуальным планам воспитанников на период их активного отдыха.

Расписание занятий составляется согласно нормам максимального объема учебной нагрузки, согласно требованиям СанПин.

Реализация учебных программ осуществляется в соответствии с научно разработанной системой многолетней спортивной подготовки, обеспечивающей преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки спортсменов всех возрастных групп, в рамках следующих этапов обучения:

1. Спортивно- оздоровительный этап:

Возраст обучающихся 5-18 лет, срок обучения от 1 года до 3 лет.

2. Спортивная подготовка:

2.2. Этап начальной подготовки:

Возраст обучающихся с 7 лет, срок обучения до 3 лет;

2.3. Учебно-тренировочный этап с 10 лет, срок обучения до 5 лет.