

ПРИНЯТО
На педагогическом совете
МАУ ДО АСШ «Золотой колос»
Протокол № 1 от 31.08.2023
Председатель педагогического совета

УТВЕРЖДЕНО
директор
МАУ ДО АСШ «Золотой колос»
_____ С.М. Иванов

**КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК
НА 2023-2024 тренировочный год
Муниципального автономного учреждения дополнительного образования
«Адамовская спортивная школа «Золотой колос»**

Календарный учебный план-график муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Адамовская спортивная школа «Золотой колос» (далее - Учреждение) на 2023 – 2024 учебный год является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации спортивной подготовки в Учреждении. Нормативную базу Календарного учебного плана-графика Учреждения составляют:

- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» в редакции от 03.06.2009 № 118-ФЗ»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями);
- Устав МАУДО АСШ «Золотой колос»;
- Решение педагогического совета Учреждения;

Календарный учебный план-график Учреждения обсуждается и принимается педагогическим советом Учреждения и утверждается приказом директора Учреждения. Изменения в годовой календарный учебный план-график вносятся приказом директора по согласованию с педагогическим советом Учреждения. Календарный учебный план-график Учреждения учитывает в полном объеме индивидуальные, возрастные, психофизические особенности спортсменов и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

Учреждение в установленном законодательством Российской Федерации порядке несет ответственность за реализацию программ в соответствии с годовым календарным планом- графиком.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.Продолжительность тренировочного года

Продолжительность тренировочного года 52 недели. Учреждение обеспечивает непрерывность спортивной подготовки в течение календарного года. Тренировочные занятия проводятся: с 01 сентября 2023 года по 31 августа 2024 года.

Для работы на СОГах продолжительность года составляет 36 (сентябрь-май)недель.

2.Продолжительность рабочей недели

Деятельность учреждения осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни, с 8 до 20 часов. Для спортсменов с 16 до 18 лет с 8 до 21. Продолжительность тренировочной недели: Шестидневная рабочая неделя с одним выходным днем (в

зависимости от этапа спортивной тренировки). Спортивные тренировки проходят в соответствии с расписанием, утвержденным директором учреждения. Продолжительность одной спортивной тренировки рассчитывается в астрономических часах для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, и в академических часах для общеразвивающих программ.

Учреждение работает в режиме пятидневной недели с двумя выходными (суббота, воскресенье) для административно-управленческого персонала.
Праздничные дни: в соответствии с Постановлениями Правительства РФ.

3.Продолжительность тренировочных занятий

Продолжительность тренировочных занятий:

- на этапе начальной подготовки - до 2-х часов;

На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - до 3-х часов;

При проведении более 1 тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий - до 8 академических часов.

После 45 минут проведения занятия 10 минутный перерыв, который включается в общую продолжительность занятия.

Для работы с дошкольниками продолжительность занятия до 45 минут работы приравнивается к 1 часу тренировки.

4.Работа по индивидуальным планам

Индивидуальный объем, и структура индивидуальных тренировок составляется исходя из результатов оценки текущего уровня физической готовности спортсмена и результатов соревнований в предыдущем мезоцикле. Одной из основных форм осуществления спортивной подготовки является работа по индивидуальным планам спортивной подготовки. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется:

- на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства;

- спортсменами в праздничные дни;

- нахождения тренера в отпуске и командировках.

Индивидуальный план формируется личным тренером для каждого спортсмена и оформляется в документальном виде.

5.Дистанционная работа. В случае дистанционного обучения, тренер размещает задание для занимающихся на сайте МАУ ДО АСШ «Золотой колос». Задание дается на неделю в виде поурочных планов.(согласно расписания). Тренер контролирует выполнения задания путем проверки дневников самоанализа (ведутся спортсменами.) Журнал заполняется в обычном режиме.

5.Тренировочные сборы

Срок: каникулярное время для групп НП и ТЭ.

Проведение тренировочного сбора в зависимости от этапа спортивной подготовки устанавливается приказом директора учреждения.

6.Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика

Участие в соревнованиях спортсменов осуществляется в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, региональным календарным планом физкультурных мероприятий и мероприятий, проводимых на территории Оренбургской области, календарными планами физкультурных мероприятий и мероприятий, календарным планом мероприятий и спортивных мероприятий проводимых МАУ ДО АСШ «Золотой колос»

7.Медико- восстановительные мероприятия

Срок прохождения ежегодного обязательного медицинского осмотра (диспансеризации) – сентябрь -октябрь..

Восстановительные средства используются спортсменами индивидуально в течение всего тренировочного года.

Тарификационная нагрузка, количество групп и годового расчета тренировочных часов производится до 10 сентября приказом директора Учреждения.

Зачисление поступающих в спортивную школу для прохождения спортивной подготовки оформляется приказом директора до 10 октября, на основании решения приемной комиссии (ведомость сдачи нормативов с подписями всех членов комиссии).