



Утверждаю:  
Директор МБУ СШОР № 33  
И.И.Гарифуллин  
«24» июня 2016 г.

**Регламент организации работ на спортивно-оздоровительном этапе в  
Муниципальном бюджетном учреждении «Спортивная школа олимпийского  
резерва № 33» городского округа город Уфа Республики Башкортостан.**

1. Настоящий Регламент разработан на основании Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, направленных письмом Министра спорта Российской Федерации В.Л.Мутко 12 мая 2014 г. № ВМ-04-10/2554, Требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, утвержденных приказом Министерства спорта Российской Федерации № 999 30 октября 2015 г., в целях оказания содействия в организации работ на спортивно-оздоровительном этапе в МБУ СШОР № 33 городского округа город Уфа Республики Башкортостан (далее по тексту – МБУ СШОР № 33).

**1. Организационные основы**

1.1. Занятия на спортивно-оздоровительном этапе проводятся в соответствии с локальными нормативными актами, разрабатываемыми и утверждаемыми учреждением в соответствии с настоящим Регламентом.

1.2. МБУ СШОР № 33 в части организации занятий в спортивно-оздоровительных группах руководствуется законодательством в сфере физической культуры и спорта.

1.3. МБУ СШОР № 33, организуя работу на спортивно-оздоровительном этапе, призвана:

- вовлекать максимально возможное число детей и подростков в систематические занятия спортом, выявлять их склонность и пригодность для дальнейших занятий спортом, воспитывать устойчивый интерес к ним;
- формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, осуществлять гармоничное развитие личности в соответствии с индивидуальными способностями занимающихся;
- обеспечивать повышение уровня общей физической подготовленности населения г.Уфы.

1.4. Работа на спортивно-оздоровительном этапе в МБУ СШОР № 33 организуется в группах под руководством тренеров. Группы формируются с учетом возрастных особенностей занимающихся.

1.5. Количество групп, а также количество специалистов, привлекаемых МБУ СШОР № 33 для работы с занимающимися, определяется учреждением.

1.6. Основные критерии, используемые для анализа и корректировки МБУ СШОР № 33 своей деятельности на спортивно-оздоровительном этапе:

- стабильное развитие общей физической подготовки занимающихся;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыками самоконтроля.

## **2. Условия зачисления**

### **на спортивно-оздоровительный этап МБУ СШОР № 33**

2.1. Спортивно-оздоровительные группы формируются как из вновь зачисляемых в спортивную школу занимающихся, так и из занимающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки в МБУ СШОР № 33, но желающих заниматься спортом.

2.2. Порядок зачисления занимающихся в спортивно-оздоровительные группы, перевод из одной группы в другую определяется непосредственно учреждением и оформляется приказом директора спортивной школы.

Минимальный возраст зачисления детей на спортивно-оздоровительный этап спортивной школы – 6 лет.

Максимальный возраст занимающихся – 18 лет (для учащейся молодежи – 21 год). Допускается увеличение возраста для занимающихся, зачисленных в спортивно-оздоровительные группы из групп спортивного совершенствования и групп высшего спортивного мастерства, если они по каким-либо объективным причинам не имеют возможность продолжать спортивную подготовку на соответствующем этапе (травма, заболевание).

2.3. Зачисление детей на спортивно-оздоровительный этап осуществляется на основании личного заявления родителей (законных представителей), при отсутствии медицинских противопоказаний (медицинская справка о состоянии здоровья).

2.4. При приеме администрация обязана ознакомить занимающихся и их родителей (законных представителей) с Уставом МБУ СШОР № 33 и другими документами, регламентирующими организацию тренировочного процесса.

2.5. МБУ СШОР № 33 обеспечивает прием всех желающих заниматься спортом, проживающих на территории города Уфы, не имеющих медицинских противопоказаний в установленном для вида спорта возрасте.

2.6. При невозможности зачисления в спортивно-оздоровительные группы всех желающих в учреждении используется отбор по результатам сдачи

контрольных нормативов. Порядок проведения отбора устанавливается учреждением.

2.7. Наполняемость спортивно-оздоровительных групп определяется с учетом техники безопасности и устанавливается в пределах 10-15 человек.

2.8. Объем тренировочной нагрузки устанавливается:

- для спортсменов от 6 до 9 лет – 3 часа
- для спортсменов от 10 до 12 лет – 4 часа
- для спортсменов от 13 до 15 лет – 5 часов
- для спортсменов от 16 лет и старше – 6 часов

2.9. При объединении в одну группу занимающихся, разных по возрасту, рекомендуется не превышать разницу в возрасте свыше двух лет с учетом избранного вида спорта.

2.10. Сдача контрольных нормативов (контрольно-переводных испытаний) проводится по завершении учебного года (июнь-июль). Приемные испытания проводятся в начале учебного года при комплектовании групп (сентябрь).

2.11. Контрольные испытания проводятся комиссией, утвержденной приказом директора. В состав комиссии входят: зам. директора (председатель комиссии), инструктор-методист и тренер группы.

2.12. Комиссией на основании оценочных таблиц, в которых имеются соответствующие полу, возрасту стандарты (нормативы) ОФП и СФП оформляются протоколы по группам.

2.13. За учащимся сохраняется место в МБУ СШОР № 33 в случае болезни, санаторно-курортного лечения.

2.14. Занимающиеся могут быть отчислены из спортивно-оздоровительной группы в случаях:

- по заявлению родителей (законных представителей);
- ухудшения состояния здоровья (на основании заключения РВФД);
- прекращения занятий по собственной инициативе;
- грубых и неоднократных нарушений Устава СШОР, о чем СШОР должна информировать родителей (законных представителей);
- непосещение учебно-тренировочных занятий по неуважительной причине более трех месяцев.

### **3. Организация тренировочного процесса**

3.1. МБУ СШОР № 33 организует работу на спортивно-оздоровительном этапе в течение календарного года.

3.2. Основными формами тренировочного процесса являются: групповые тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, тестирование, участие в соревнованиях.

3.3. Расписание занятий (тренировок) составляется администрацией спортивной школы по представлению тренера, в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в

общеобразовательных и других учреждениях с учетом возрастных особенностей. Содержание тренировочных занятий должно соответствовать утвержденным программам.

3.4. Занятия в спортивно-оздоровительных группах организуют тренеры.

3.5. Продолжительность одного занятия в спортивно-оздоровительных группах не должна превышать двух академических часов.

#### **4. Медицинское обслуживание и контроль**

4.1. В целях предупреждения нарушений здоровья у занимающихся спортивно-оздоровительных групп МБУ СШОР № 33 следует предусматривать:

- диспансерное обследование не менее двух раз в год;
- дополнительные медицинские осмотры перед участием в соревнованиях, после болезни или травмы.

4.2. Непосредственный медицинский контроль тренировочного процесса возлагается на медицинских работников спортивной школы.