****

**Продолжительность учебного года:**

* по дополнительным общеобразовательным программам 46 недель непосредственно в условиях спортивной школы и 6 недель в спортивно-оздоровительном лагере и по индивидуальным планам;
* по программам спортивной подготовки 52 недели. Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса

**Продолжительность учебной недели:**

* 6 – дневная рабочая неделя с одним выходным днем согласно расписанию (в зависимости от вида спорта и учебной нагрузки по видам спорта и этапа спортивной подготовки).

**Время начала и окончания занятий:**

* начало и окончание занятий производится согласно утвержденному директором Учреждения расписанию.
* для несовершеннолетних обучающихся занятия должны начинаться не раннее 08.00 часов и заканчиваться не позднее 20.00 часов, для обучающихся в возрасте старше 16 лет допускается окончание занятий не позднее 21.00 часа.

**Длительность тренировочного занятия:**

* длительность тренировочных занятий исчисляется в академических часах, один академический час равен 45 минутам.
* Продолжительность одного тренировочного занятия не может превышать:

- на спортивно – оздоровительном этапе – 2-3 часов (в зависимости от возраста обучающихся);

 - на этапе начальной подготовки – 2 часов;

 - на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 3 часов;

 - на этапе совершенствования спортивного мастерства – 4 часов;

 - в группах, где нагрузка составляет 20 и более часов в неделю – 5 часов;

 - при проведении более одного тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 часов.

* Перерывы между занятиями составляют 5-15 минут.

**Регламентирование образовательного процесса на учебный год:**

* Режим занятий обучающихся в Учреждении устанавливается расписанием, утверждаемым директором Учреждения.
* Учебная нагрузка и режим занятий обучающихся определяются Учреждением в соответствии с действующими санитарно - гигиеническими требованиями.
* Тренировочные занятия в Учреждении могут проводиться в любой день недели, включая воскресные, праздничные дни и дни каникул.
* В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках Трудового Законодательства РФ.
* Максимальная продолжительность учебно – тренировочных занятий в неделю не может превышать:

 - на спортивно – оздоровительном этапе – 6 часов;

 - на этапе начальной подготовки – 8 часов;

 - на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 18 часов;

 - на этапе совершенствования спортивного мастерства – 28 часов;

 - в группах, где нагрузка составляет 20 и более часов в неделю – 5 часов.

**Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация:**

* текущий контроль осуществляется систематически, в рамках расписания тренировочных занятий в течение всего учебного года;
* промежуточная аттестация осуществляется два раза в год, в соответствии с требованиями избранного вида спорта. 1 этап – проводится для определения исходного уровня подготовленности обучающихся, в период сентябрь-октябрь текущего учебного года; 2 этап – проводится для контроля степени освоения программы, в период апрель – май.