

Принят на Педагогическом совете  
 протокол № 3  
 от 09.09.2024

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБУ ДО "Спортивная школа" г. Енисейска  
  
 В. Ф. Ефимов

**Режим работы Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа» г. Енисейска имени Г.П. Федотова**

	Спортивно-оздоровительный этап		Этап начальной подготовки					Учебно-тренировочный этап					
	старт	базов продв	I	II	III	IV	Весь период						
							I	II	III	IV	V		
<b>отделение "Баскетбол"</b>													
Максимальное кол-во часов в неделю	4,5 - 6		4,5 - 6	6-8	6-8	6-8	8-14	8-14	8-14	8-14	8-14	12-18	12-18
Количество человек в группе	15-24		15	15	15	15	12	12	12	12	12	12	12
Возраст в группах	7-8 9-11 12-17		8-9	9-10	10-11	10-11	11-13	12-14	13-15	14-16	15-18	15-18	15-18
<b>отделение "Вольная борьба", "Греко - римская борьба"</b>													
Максимальное кол-во часов в неделю	4,5 - 6		4,5-6	6-8	6-8	6-8	10-12	10-12	10-12	10-12	10-12	12-20	12-20
Количество человек в группе	10-20		10	10	10	10	8	8	8	8	8	8	8
Возраст в группах	6-7 8-11 12-17		7-9	8-10	9-11	10-12	11-13	12-14	13-16	14-18	14-18	14-18	14-18
<b>отделение "Лыжные гонки"</b>													
Максимальное кол-во часов в неделю	4,5 - 6		4,5-6	6-8	6-8	6-8	10-14	10-14	10-14	10-14	10-14	16-18	16-18
Количество человек в группе	12-24		12	12	12	12	10	10	10	10	10	10	10
Возраст в группах	8-9 10-12 13-17		9-10	10-12	11-13	11-13	12-14	13-15	14-16	15-17	16-18	16-18	16-18
<b>отделение "Тяжелая атлетика"</b>													
Максимальное кол-во часов в неделю	4,5 - 6		4,5-6	6-8	6-8	6-8	10-12	10-12	10-12	10-12	10-12	15-18	15-18
Количество человек в группе	8-16		8	8	8	8	6	6	6	6	6	6	6
Возраст в группах	8-9 10-12 13-17		9-10	10-12	11-13	11-13	12-14	13-15	14-16	15-17	16-18	16-18	16-18
<b>отделение "Футбол"</b>													
Максимальное кол-во часов в неделю	4,5 - 6		4,5-6	6-8	6-8	6-8	10-12	10-12	10-12	10-12	10-12	12-16	12-16
Количество человек в группе	14-28		14	14	14	14	12	12	12	12	12	12	12
Возраст в группах	6-7 8-10 11-17		7-9	8-10	9-11	9-11	10-13	11-14	12-15	13-16	14-18	14-18	14-18

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более 8 часов.

Продолжительность одного занятия не должна превышать	2 часов	3 часов
--	---------	---------

После 45 минут занятий - 15-минутный перерыв