

Принят на методическом совете
СШ г.Енисейска

от 01.09.22 № 1



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

	СОГ	Этап начальной подготовки				Тренировочный этап				
	Весь период	Этап								
		I	II	III	I	II	III	IV	V	
отделение "Баскетбол"										
Максимальное кол-во часов в неделю	6	6	9	9	12	12	15	18	18	
Количество тренировочных занятий в неделю	3	3	3	3	4	4	5 - 6	5 - 6	5 - 6	
Количество человек в группе	15 - 20	15	15		10 - 15	10 - 15	10 - 15	10 - 15	10 - 15	
Возраст в группах	7 - 18	9 - 10	10 - 11	11 - 12	12 - 13	13 - 14	14 - 15	15 - 16	16 - 18	
Требования к спортивной подготовленности	Прирост показателей по ОФП	Выполнение норм по ОФП и технической подготовке (не менее 30% всех видов)	Выполнение норм по ОФП и технической подготовке (не менее 40-50% всех видов)		Выполнение нормативов по ОФП, СФП	Выполнение нормативов по ОФП, СФП	III юн.	II - III юн.	I - II юн.	
отделение "Вольная и греко - римская борьба"										
Максимальное кол-во часов в неделю	6	6	9	9	12	12	15	18 - 20		
Количество тренировочных занятий в неделю	3	3	3	3	4	4	5 - 6	6 - 7		
Количество человек в группе	15	15	14	14	12	10 - 12	8 - 10	4 - 6		
Возраст в группах	9 - 18	9 - 10	10 - 12	12 - 13	13 - 14	14 - 15	15 - 16	16 - 18		
Требования к спортивной подготовленности	Выполнение нормативов по ОФП	Выполнение нормативов по ОФП			Выполнение нормативов по ОФП, СФП	III юн.	II - III юн.	I - II юн.		
отделение "Лыжные гонки"										
Максимальное кол-во часов в неделю	6	6	9	9	12	14	16	18	18	
Количество тренировочных занятий в неделю	3	3	3	3	4 - 5	4 - 5	5 - 6	5 - 6	5 - 6	
Количество человек в группе	15	15	14	14						
Возраст в группах	9 - 18	9 - 10	10 - 12	12 - 13	12 - 13	13 - 14	14 - 15	15 - 16	16 - 18	
Требования к спортивной подготовленности		Выполнение нормативов по ОФП			Выполнение нормативов по ОФП, СФП, ТТП		III юн.	II - III юн.	I - II юн.	

	СОГ	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап				
	Весь период	Год обучения							
		I	II	III	I	II	III	IV	V
отделение "Тяжелая атлетика"									
Максимальное кол-во часов в неделю	6	6	9	9	14	16	18	18 - 20	
Количество тренировочных занятий в неделю	3	3			3 - 4	4 - 5	5 - 6	6 - 7	
Количество человек в группе	15	12			12	12	10	8	
Возраст в группах	12 - 18	12 - 17			13 - 15	14 - 16	15 - 17	16 - 18	
Требования по ОФП, СФП, ТТП		Выполнение нормативов по ОФП, III юн. разряд			II - III юн.	I юн. - III сп.р	II сп.р	I сп.р	
отделение "Футбол"									
Максимальное кол-во часов в неделю	6	6	9	9	12	12	15	18	18
Количество тренировочных занятий в неделю	3	3	3	3	4	4	4 - 5	5 - 6	5 - 6
Количество человек в группе	15 - 18	15 - 18	15 - 16	15 - 16	15 - 16	15	15	12 - 15	12 - 15
Возраст в группах	6 - 17	9 - 10	10 - 11	11 - 12	12 - 13	13 - 14	14 - 15	15 - 16	15 - 16