

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

|   | Спортивно-оздоровительный этап |       |       | Этап начальной подготовки |       |       |          | Учебно-тренировочный этап |       |       |       |          |   |
|---|--------------------------------|-------|-------|---------------------------|-------|-------|----------|---------------------------|-------|-------|-------|----------|---|
|   | старт                          | базов | продв | Весь период               |       |       |          |                           | I     | II    | III   | IV       | V |
|   |                                |       |       | 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   | //////// | 8-14                      | 8-14  | 8-14  | 12-18 | 12-18    |   |
| Количество человек в группе                                 | 15-24                          |       |       | 15                        | 15    | 15    | //////// | 12                        | 12    | 12    | 12    | 12       |   |
| Возраст в группах   | 7-8                            | 9-11  | 12-17 | 8-9                       | 9-10  | 10-11 | //////// | 11-13                     | 12-14 | 13-15 | 14-16 | 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 | 12-20 | //////// |   |
| Количество человек в группе                                 | 10-20                          |       |       | 10                        | 10    | 10    | 10       | 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 | //////// |   |
| <b>отделение "Лыжные гонки"</b>                             |                                |       |       |                           |       |       |          |                           |       |       |       |          |   |
| Максимальное кол-во часов в неделю                          | 4,5 - 6                        |       |       | 4,5-6                     | 6-8   | 6-8   | //////// | 10-14                     | 10-14 | 16-18 | 16-18 | 16-18    |   |
| Количество человек в группе                                 | 12-24                          |       |       | 12                        | 12    | 12    | //////// | 10                        | 10    | 10    | 10    | 10       |   |
| Возраст в группах   | 8-9                            | 10-12 | 13-17 | 9-10                      | 10-12 | 11-13 | //////// | 12-14                     | 13-15 | 14-16 | 15-17 | 16-18    |   |
| <b>отделение "Тяжелая атлетика"</b>                         |                                |       |       |                           |       |       |          |                           |       |       |       |          |   |
| Максимальное кол-во часов в неделю                          | 4,5 - 6                        |       |       | 4,5-6                     | 6-8   | 6-8   | //////// | 10-12                     | 10-12 | 10-12 | 15-18 | 15-18    |   |
| Количество человек в группе                                 | 8-16                           |       |       | 8                         | 8     | 8     | //////// | 6                         | 6     | 6     | 6     | 6        |   |
| Возраст в группах   | 8-9                            | 10-12 | 13-17 | 9-10                      | 10-12 | 11-13 | //////// | 12-14                     | 13-15 | 14-16 | 15-17 | 16-18    |   |
| <b>отделение "Футбол"</b>                                   |                                |       |       |                           |       |       |          |                           |       |       |       |          |   |
| Максимальное кол-во часов в неделю                          | 4,5 - 6                        |       |       | 4,5-6                     | 6-8   | 6-8   | //////// | 10-12                     | 10-12 | 10-12 | 12-16 | 12-16    |   |
| Количество человек в группе                                 | 14-28                          |       |       | 14                        | 14    | 14    | //////// | 12                        | 12    | 12    | 12    | 12       |   |
| Возраст в группах   | 6-7                            | 8-10  | 11-17 | 7-9                       | 8-10  | 9-11  | //////// | 10-13                     | 11-14 | 12-15 | 13-16 | 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 часо <b>в</b> | 3 часо <b>в</b> |
|--|-----------------|-----------------|

После 45 минут занятий - 15-минутный перерыв

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
 ОБРАЗОВАНИЯ "СПОРТИВНАЯ ШКОЛА" Г.ЕНИСЕЙСКА ИМЕНИ  
 Г.П.ФЕДОТОВА, ЕФИМОВ ВАДИМ ФЕДОРОВИЧ, ДИРЕКТОР

25.03.24 11:04 (MSK)

Сертификат 870406BADFA3E2330BE5FCE0809920DB