

**Режим
занятий обучающихся
в ГУДО «Забайкальская краевая спортивная школа»**

Режим занятий обучающихся в ГУДО ЗКСШ устанавливается расписанием. Расписание учебно-тренировочных занятий утверждает администрация учреждения по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха детей, обучения их в образовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей установленных санитарно-гигиенических норм.

1. Рекомендуемый минимальный возраст зачисления в спортивные школы по видам спорта определяется в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

Рекомендуемый максимальный возраст обучающихся – 18 лет (для учащейся молодежи – 21 год).

2. При соблюдении организационно-методических и медицинских требований спортивная школа может осуществлять набор детей более раннего возраста (начиная с 4 лет) в спортивно-оздоровительные группы на платной основе.

3. Занятия в учреждении могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулярные дни.

4. Занятия для несовершеннолетних обучающихся в учреждении начинаются не ранее 8.00. Окончание занятий должно быть не позднее 20.00 (21.00 для старших обучающихся).

5. Продолжительность одного занятия в группах спортивно-оздоровительной направленности и учебно-тренировочных группах 1,2 года обучения не должна превышать 2-х академических часов в день, в учебно-тренировочных группах 3-5 годов обучения и группах совершенствования спортивного мастерства - 3 академических часов в день при менее чем 4-разовых тренировочных занятиях в неделю. В группах, где нагрузка составляет 18 часов в неделю – 3-х академических часов.