

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор СШОР по боксу  
 «Алмаз» г. Челябинска  
 В.Б.Репкин

Приказ №01-07/ от \_\_\_\_\_ 2023г

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК  
 СШОР ПО БОКСУ «АЛМАЗ» Г.ЧЕЛЯБИНСКА  
 на 2023 год**

**1. Продолжительность учебного года.**

- 1.1. Начало учебного года 01 января.
- 1.2. Продолжительность учебного года по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки - 52 недели.
- 1.3. Продолжительность учебного года по дополнительным общеразвивающим программам - 42 недели
- 1.4. Контрольное тестирование(аттестация) – теоретическая и практическая часть – с 18 по 31 мая
- 1.5. Работа в летний период: тренировочный процесс в соответствии с расписанием, самостоятельная работа, учебно – тренировочные сборы в соответствии с разделом 4.
- 1.6. Контрольно-переводное тестирование (промежуточная и / или итоговая аттестация) – теоретическая и практическая часть с 15 по 30 ноября.

**2. Регламент образовательного процесса.**

- 2.1. Продолжительность учебной недели – 6 дней
- 2.2. Количество учебных часов (по учебному плану программы) и количество тренировок в неделю

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						
	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	1	2	3	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5	6	8	12	16	20	24
Количество тренировок в неделю	3	4	4	5-6	6-8	10-12	12-14
Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах (не более)	2	2	2	3	3	4	4
Общее количество часов в год	234	312	416	624	832	1040	1248

### **3. Режим тренировок.**

3.1 Учебно-тренировочный процесс в СШОР по боксу «Алмаз» начинается в 8.00 и заканчивается в 20.00. Для обучающихся 16 – 18 лет окончание занятий может быть в 21.00.

3.2. Продолжительность одной тренировки, в зависимости от этапа спортивной подготовки, от 1 часа до 4 часов. В тренировках до 1,5 часов перерывы не устанавливаются. В 2-х – 4-х часовых тренировках (в том числе при проведении индивидуальных занятий, тренировочных сборов) устанавливаются 10 – 15 минутные перерывы. Время перерывов разрешается устанавливать по усмотрению тренеров, в зависимости от целей и задач тренировки.

### **4. Режим работы учреждения в период школьных каникул и праздничных дней.**

4.1 Учебно-тренировочный процесс проводится согласно

- постоянному расписанию;
- временному утвержденному расписанию;
- утвержденному плану тренировочных сборов;
- плану проведения на оздоровительных, спортивных или тренировочных мероприятий;
- приказу о направлении на спортивное или тренировочное мероприятие;
- индивидуальному плану спортивной подготовки;
- заданию тренера для самостоятельной работы.

4.2. Содержание деятельности определяется учебной программой и учебным планом.

4.3. Тренировочные занятия могут проводиться в объединенных группах.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 360759633439360235315265728116943077456903154115

Владелец Репкин Владимир Борисович

Действителен с 16.03.2023 по 15.03.2024