|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Начальник Отдела ФКС и МП  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Я. Гусев  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2022 г.   |  | | --- | | СОГЛАСОВАНО:  Главный бухгалтер:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.О. Валиахметова  «28» декабря 2022 г. | | УТВЕРЖДАЮ    Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Н. Красильников    Приказ № 257 - ОД от 28.12. 2022 |

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Спортивная школа №1» Асбестовского городского округа

Учебно-тренировочный план

по реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки на 2023 год

Принят на заседании

тренерского совета

Протокол № 3 от 28.12.2022

**Годовой учебно-тренировочный план – график по реализации**

**дополнительных образовательных программ спортивной подготовки на 2023 год**

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа №1» Асбестовского городского округа (далее по тексту СШ №1 АГО) осуществляет учебно-тренировочный процесс в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели. Учебно-тренировочный процесс осуществляется в течение всего календарного года в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий, утвержденным директором СШ №1 АГО, проводимых тренерами-преподавателями на базе СШ №1 АГО, общеобразовательных учреждений города и учреждений физической культуры и спорта. Продолжительность учебно-тренировочного периода для обучающихся СШ № 1 – **52 недели** учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы, арендуемых помещений и реализации индивидуальных планов спортивной подготовки по видам спорта.

**Годовой учебно-тренировочный план-график**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Сфера распространения тренировочной деятельности | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа № 1»  Асбестовского городского округа | | |
| Начало тренировочного периода | 1 января 2023 года | | |
| Окончание тренировочного периода | 31 декабря 2023 года | | |
| Продолжительность учебно-тренировочных занятий | В соответствии с дополнительными программами спортивной подготовки по видам спорта- 52 недели | | |
| Продолжительность учебно-тренировочной недели | 6 дней, один день-выходной в соответствии с утверждённым расписанием учебно-тренировочных занятий | | |
| Сменность занятий | Утренние тренировки для спортсменов УТГ, ССМ и вторая тренировка во вторую смену. В группах НП и УТГ-1,2 г.о. тренировки проводятся во вторую половину дня. | | |
| Начало занятий | 7.00 часов, 8.00 часов | | |
| Окончание занятий | 20.00 часов, 21.00 час для спортсменов старше 14 лет | | |
| Аттестация обучающихся | 1 раз в год (отделение лыжных гонок - 2 раза в год)  (по утверждённому графику в мае-июне в форме сдачи контрольных нормативов и тестов, отделение лыжных гонок сдают СФП и ТТП в феврале - марте) | | |
| Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям | **Группы НП** | **УТГ** | **ССМ** |
| - | 42 час. | 71 час. |
| Специальные тренировочные мероприятия |  | Специальные УТМ по ОФП или СФП | |
|  | 14 час. | 18 час. |
| Восстановительные мероприятия | - | - | До 10 суток |
| Мероприятия для комплексного медицинского обследования | - | до 3 дней не более 2-х раз в год | |
| Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период | До 14 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год | |  |
| Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия | - | До 60 суток | |

Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются учебно-тренировочные мероприятия, которые являются составной частью (продолжением) учебно-тренировочного процесса, в соответствии с перечнем учебно-тренировочных мероприятий (Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта: лёгкая атлетика, бокс, спортивная гимнастика, прыжки на батуте, лыжные гонки).