

Утверждаю:

Директор МБУДО

«СШОР им. В.А. Шевчука»

Ю.В. Шевчук

«*Шевчук*» 2023 г.



**Режим учебно-тренировочной работы на 2023 учебный год
МБУДО «СШОР им. В.А. Шевчука»**

по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки

Этап обучения	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления		Минимальная наполняемость групп, чел	Максимальная наполняемость групп, чел	Количество учебных часов в неделю	Максимальная продолжительность одного занятия	Требования по физической и спортивной подготовке
		Дев.	Мал.					
Начальная подготовка	1	6	7	10	20	6	2	Выполнение нормативов ОФП
	2	7	8	10	20	8	2	Выполнение нормативов ОФП
Тренировочный этап	1	7	9	5	10	10	2	III юн.
	2	8	10	5	10	10	2	II юн.
	3	9	11	5	10	14	3	I юн.
	4	10	12	5	10	14	3	III взр.
	5	11	13	5	10	14	3	II взр. - I взр.
Совершенствование спортивного мастерства	без ограничений	12	14	2	4	18	4	КМС
Этап высшего мастерства	без ограничений	14	16	1	2	24	4	МС

Зам. директора по СП

Л.Г. Бахова