

**Режим тренировочной работы на 2022 учебный год  
МБУ «СПОР им. В.А. Шевчука»**

**по программе спортивной подготовки**



Утверждаю,  
 Директор МБУ  
 «СПОР им. В.А. Шевчука»  
 Ю.В. Шевчук  
 2021 г.

Этап обучения	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления		Минимальная наполняемость групп, чел	Максимальная наполняемость групп, чел (согласно пр. 999 от 30.10.2015 минспорта РФ)	Количество учебных часов в неделю	Максимальная продолжительность одного занятия	Требования по физической и спортивной подготовке
		Дев.	Мал.					
Начальная подготовка	1	6	7	10	25	6	2	Выполнение нормативов ОФП
	2	7	8	10	20	8	2	
Тренировочный этап	1	7	9	5	14	12	2	III юн.
	2	8	10	5	14	12	2	II юн.
	3	9	11	5	12	15	3	I юн.
	4	10	12	5	12	15	3	III взр.
	5	11	13	5	12	15	3	II взр. - I взр.
Совершенствование спортивного мастерства	без ограничений	12	14	2	10	21	4	КМС
Этап высшего мастерства	без ограничений	14	16	1	8	24	4	МС

Инструктор-методист

Е.В. Пастухова