на спортивно-оздоровительном этапе 2-3 часа (в зависимости от возраста обучающихся)

на этапе начальной подготовки – 2 часа

на тренировочном этапе 1-3 годов обучения – не более 3 часов

на тренировочном этапе 4-5 годов обучения – не более 4-х часов

Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно требованиям науки, теории и методики физической культуры и спорта, предполагающих непрерывность учебно-тренировочного процесса. Перерывы ( от 2 до 10 минут) при планировании и проведении учебно-тренировочных занятий с обучающимися предполагаются после проведения разминки, после выполнения основной части учебно-тренировочного занятия, а также после выполнения отдельных элементов, повторений, внутри тренировочных циклов, состоящих из комплексов упражнений. Перерывы могут назначаться тренером-преподавателем по его решению и в случае определения порога усталости отдельного обучающегося или группы обучающихся.

**Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация:**

- осуществление текущего контроля в течение всего учебного года

- промежуточная аттестация (прием контрольных и контрольно-переводных нормативов) – октябрь, апрель.

**Дополнительные общеобразовательные программы:**

- дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта – баскетбол, волейбол.

- дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта – баскетбол, волейбол

**Этапы образовательного процесса**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Этапы образовательного процесса** | СОГ | НП-1 | НП-2 | НП-3 | ТГ-1 | ТГ-2 | ТГ-3 | ТГ-4 | ТГ-5 |
| **Максимальный объем нагрузки** | **6** | **6** | **8** | **8** | **10** | **10** | **12** | **12** | **12** |

**Тренировочные сборы:**

- июнь-август (отделение баскетбола – Голощапова И.Г., Корусева А.А. – лагерь «Наукоград», Московская обл.).

- июнь-август (отделение баскетбола – Комарова И.Ю. Суровцева С.В.. Сафонова Е.И.. Витко И.И. – лагерь «7 звезд», Липецкая обл.).

- июнь-август (отделение баскетбола – Стефанишин А.А. – лагерь «Солнечный-2», Красноярский край).

- июнь-август (отделение волейбола – Стефанишина Е.Г., Куимова С.Е., Шварц В.В. – лагерь «Солнечный-2», Красноярский край).

- июнь-июль (отделение баскетбола – Котиков И.С., Тюриков В.А., Нестеров А.В. – лагерь «Аквалайф», Болгария)

-июль-август (отделение баскетбола – нестеров А.В. – лагерь «Сокол», Калуга).

**Учебные группы**:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Направление деятельности** | **Количество программ** | **Количество групп** | **Количество детей** |
| 1 | Баскетбол | 2 | 37 | 510 |
| 2 | Волейбол | 3 | 28 | 413 |