

**Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования Тверской области  
«Спортивная школа по адаптивным видам спорта»  
(ГБУ ДО «СШ по адаптивным видам спорта»)**

**ПРИНЯТО**

На заседании педагогического  
совета  
Протокол № 3  
от «12» марта 2024г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБУ ДО  
«СШ по адаптивным видам спорта»  
*Л.А. Шакко*  
Л.А. Шакко  
«12» марта 2024г.

**Положение  
о количестве обучающихся в группах,  
их возрастных категориях и продолжительность  
учебно - тренировочных занятий  
в ГБУ ДО «СШ по адаптивным видам спорта»**

г. Тверь  
2024 г.

## **1. Общие положения.**

Настоящее Положение о количестве обучающихся в группах, их возрастных категориях и продолжительность учебно- тренировочных занятий ГБУ ДО «СШ по адаптивным видам спорта» (далее - Положение) определяет количество обучающихся в группах, их возрастные категории и продолжительность учебно- тренировочных занятий в группах по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в ГБУ ДО «СШ по адаптивным видам спорта» (далее – Учреждение)

1.2. Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Закон об образовании);

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта «Спорт лиц с поражением ОДА», «Спорт глухих», «Спорт слепых», «Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями», «Легкая атлетика», «Настольный теннис»;

- Приказом Министерства спорта Российской Федерации № 634 от 03.08.2022 г. «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, - Федеральным законом от 04.12.2007 г. №329 «О физической культуре о спорте в Российской Федерации»;

- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №629.

**2. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки.**

В Учреждении образовательная деятельность осуществляется по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта: «Спорт лиц с поражением ОДА», «Спорт глухих», «Спорт слепых», «Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями», «Легкая атлетика», «Настольный теннис», с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта.

**Вид спорта: «Легкая атлетика»**

| Этапы спортивной подготовки                     | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку | Наполняемость (человек) |
|---|--|--|-------------------------|
| Начальной подготовки                            | 3  | 9  | 10                      |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации) | 2-5  | 12   | 8                       |
| Совершенствования спортивного мастерства        | не ограничивается                                  | 14   | 2                       |

**Вид спорта «Настольный теннис»**

| Этапы спортивной подготовки                     | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку | Наполняемость (человек) |
|---|--|--|-------------------------|
| Начальной подготовки                            | 1-2  | 7  | 10                      |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации) | 5  | 8  | 8                       |
| Совершенствования спортивного мастерства        | не ограничивается                                  | 13   | 4                       |

### Вид спорта: «Спорт слепых»

| Этапы спортивной подготовки                        | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку | Функциональные группы | Наполняемость (человек) |
|--|--|--|-----------------------|-------------------------|
| <b>Для спортивной дисциплины настольный теннис</b> |  |  |                       |                         |
| Начальной подготовки                               | не ограничивается                                  | 7  | B3                    | 5                       |
|  |  |  | B2                    | 5                       |
|  |  |  | B1                    | 2                       |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации)    | не ограничивается                                  | 9  | B3                    | 3                       |
|  |  |  | B2                    | 3                       |
|  |  |  | B1                    | 1                       |
| Совершенствования спортивного мастерства           | не ограничивается                                  | 12   | B3                    | 2                       |
|  |  |  | B2                    | 2                       |
|  |  |  | B1                    | 1                       |

### Вид спорта: «Спорт глухих»

| Этапы спортивной подготовки                        | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку | Наполняемость (человек)      |   |
|--|--|--|------------------------------|---|
| <b>Для спортивной дисциплины дзюдо</b>             |  |  |                              |   |
| Начальной подготовки                               | не ограничивается                                  | 10   | до года                      | 9 |
|  |  |  | свыше года                   | 8 |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации)    | не ограничивается                                  | 12   | до года                      | 6 |
|  |  |  | второй и третий года         | 5 |
|  |  |  | четвертый и последующие годы | 4 |
| Совершенствования спортивного мастерства           | не ограничивается                                  | 15   | 2                            |   |
| <b>Для спортивной дисциплины лыжные гонки</b>      |  |  |                              |   |
| Начальной подготовки                               | не ограничивается                                  | 9  | до года                      | 9 |
|  |  |  | свыше года                   | 8 |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации)    | не ограничивается                                  | 13   | до года                      | 6 |
|  |  |  | второй и третий года         | 5 |
|  |  |  | четвертый и последующие годы | 4 |
| Совершенствования спортивного мастерства           | не ограничивается                                  | 14   | 2                            |   |
| <b>Для спортивной дисциплины настольный теннис</b> |  |  |                              |   |
| Начальной подготовки                               |  | 7  | до года                      | 9 |

|   |                      |    |                                    |    |
|---|----------------------|----|------------------------------------|----|
|   | не<br>ограничивается |    | свыше года                         | 8  |
| Учебно-тренировочный<br>(спортивной<br>специализации) | не<br>ограничивается | 9  | до года                            | 6  |
|   |                      |    | второй и третий<br>года            | 5  |
|   |                      |    | четвертый и<br>последующие<br>годы | 4  |
| Совершенствования<br>спортивного мастерства           | не<br>ограничивается | 13 | 2                                  |    |
| <b>Для спортивной дисциплины плавание</b>             |                      |    |                                    |    |
| Начальной подготовки                                  | не<br>ограничивается | 7  | до года                            | 9  |
|   |                      |    | свыше года                         | 8  |
| Учебно-тренировочный<br>(спортивной<br>специализации) | не<br>ограничивается | 9  | до года                            | 6  |
|   |                      |    | второй и третий<br>года            | 5  |
|   |                      |    | четвертый и<br>последующие<br>годы | 4  |
| Совершенствования<br>спортивного мастерства           | не<br>ограничивается | 10 | 2                                  |    |
| <b>Для спортивной дисциплины футбол</b>               |                      |    |                                    |    |
| Начальной подготовки                                  | не<br>ограничивается | 8  | до года                            | 10 |
|   |                      |    | свыше года                         | 9  |
| Учебно-тренировочный<br>(спортивной<br>специализации) | не<br>ограничивается | 10 | до года                            | 8  |
|   |                      |    | второй и третий<br>года            | 7  |
|   |                      |    | четвертый и<br>последующие<br>годы | 6  |
| Совершенствования<br>спортивного мастерства           | не<br>ограничивается | 12 | 3                                  |    |
| <b>Для спортивной дисциплины хоккей</b>               |                      |    |                                    |    |
| Начальной подготовки                                  | не<br>ограничивается | 7  | до года                            | 12 |
|   |                      |    | свыше года                         | 11 |
| Учебно-тренировочный<br>(спортивной<br>специализации) | не<br>ограничивается | 10 | до года                            | 10 |
|   |                      |    | второй и третий<br>года            | 9  |
|   |                      |    | четвертый и<br>последующие<br>годы | 8  |
| Совершенствования<br>спортивного мастерства           | не<br>ограничивается | 12 | 3                                  |    |

### Вид спорта: «Спорт лиц с поражением ОДА»

| Этапы спортивной подготовки   | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку | Функциональные группы | Наполняемость (человек) |
|---|--|--|-----------------------|-------------------------|
| <b>Для спортивной дисциплины гребля на байдарках и каноэ</b>                                      |  |  |                       |                         |
| Начальной подготовки  | не ограничивается                                  | 10   | III                   | 6                       |
|   |  |  | II                    | 4                       |
|   |  |  | I                     | 2                       |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации)   | не ограничивается                                  | 12   | III                   | 4                       |
|   |  |  | II                    | 3                       |
|   |  |  | I                     | 2                       |
| Совершенствования спортивного мастерства  | не ограничивается                                  | 13   | III                   | 2                       |
|   |  |  | II                    | 2                       |
|   |  |  | I                     | 1                       |
| <b>Для спортивных дисциплин, содержащих в своём наименовании словосочетание «легкая атлетика»</b> |  |  |                       |                         |
| Начальной подготовки  | не ограничивается                                  | 9  | III                   | 6                       |
|   |  |  | II                    | 4                       |
|   |  |  | I                     | 3                       |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации)   | не ограничивается                                  | 10   | III                   | 4                       |
|   |  |  | II                    | 3                       |
|   |  |  | I                     | 2                       |
| Совершенствования спортивного мастерства  | не ограничивается                                  | 13   | III                   | 2                       |
|   |  |  | II                    | 2                       |
|   |  |  | I                     | 1                       |
| <b>Для спортивной дисциплины настольный теннис</b>  |  |  |                       |                         |
| Начальной подготовки  | не ограничивается                                  | 7  | III                   | 6                       |
|   |  |  | II                    | 4                       |
|   |  |  | I                     | 3                       |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации)   | не ограничивается                                  | 9  | III                   | 4                       |
|   |  |  | II                    | 3                       |
|   |  |  | I                     | 2                       |
| Совершенствования спортивного мастерства  | не ограничивается                                  | 13   | III                   | 2                       |
|   |  |  | II                    | 2                       |
|   |  |  | I                     | 1                       |
| <b>Для спортивной дисциплины плавание</b>   |  |  |                       |                         |
| Начальной подготовки  | не ограничивается                                  | 7  | III                   | 6                       |
|   |  |  | II                    | 4                       |
|   |  |  | I                     | 2                       |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации)   | не ограничивается                                  | 9  | III                   | 4                       |
|   |  |  | II                    | 3                       |
|   |  |  | I                     | 2                       |
| Совершенствования спортивного мастерства  | не ограничивается                                  | 12   | III                   | 2                       |
|   |  |  | II                    | 2                       |
|   |  |  | I                     | 1                       |

## Вид спорта: «Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»

| Этапы спортивной подготовки                     | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку | Наполняемость (человек)      |   |
|---|--|--|------------------------------|---|
| <b>Для спортивной дисциплины лыжные гонки</b>   |  |  |                              |   |
| Начальной подготовки                            | не ограничивается                                  | 9  | до года                      | 7 |
|   |  |  | свыше года                   | 6 |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации) | не ограничивается                                  | 11   | до года                      | 5 |
|   |  |  | второй и третий годы         | 4 |
|   |  |  | четвертый и последующие годы | 3 |
| Совершенствования спортивного мастерства        | не ограничивается                                  | 13   | все периоды                  | 1 |
| <b>Для спортивной дисциплины плавание</b>       |  |  |                              |   |
| Начальной подготовки                            | не ограничивается                                  | 7  | до года                      | 6 |
|   |  |  | свыше года                   | 5 |
| Учебно-тренировочный (спортивной специализации) | не ограничивается                                  | 9  | до года                      | 5 |
|   |  |  | второй и третий годы         | 4 |
|   |  |  | четвертый и последующие годы | 3 |
| Совершенствования спортивного мастерства        | не ограничивается                                  | 11   | все периоды                  | 1 |

2.2. Допускается превышение максимальной наполняемости учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся с учетом наполняемости.

### 3. Продолжительность учебно- тренировочных занятий

3.1. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в астрономических часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и, а также

на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

3.2. Тренировочный год в Учреждении составляет 52 недели.

#### **4. Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по видам спорта.**

**Объем Программы** установлен в соответствии с возрастом и уровнем спортивной квалификации обучающихся и выражается в годовом объеме часов по отдельным этапам спортивной подготовки.

##### **Вид спорта: «Легкая атлетика»**

| Этапный норматив             | Этапы и годы спортивной подготовки |            |  |                |   |
|------------------------------|------------------------------------|------------|--|----------------|---|
|                              | Этап начальной подготовки          |            | Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                | Этап совершенствования спортивного мастерства |
|                              | До года                            | Свыше года | До трех лет  | Свыше трех лет |   |
| Количество часов в неделю    | 4,5                                | 6          | 9  | 14             | 18  |
| Общее количество часов в год | 234                                | 312        | 468  | 624            | 936   |

##### **Вид спорта «Настольный теннис»**

| Этапный норматив             | Этапы и годы спортивной подготовки |            |  |                |   |
|------------------------------|------------------------------------|------------|--|----------------|---|
|                              | Этап начальной подготовки          |            | Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                | Этап совершенствования спортивного мастерства |
|                              | До года                            | Свыше года | До трех лет  | Свыше трех лет |   |
| Количество часов в неделю    | 4,5                                | 6          | 12   | 16             | 20  |
| Общее количество часов в год | 234                                | 312        | 624  | 832            | 1040  |

##### **Вид спорта: «Спорт слепых»**

| Этапный норматив             | Этапы и годы спортивной подготовки |            |  |                |  |
|------------------------------|------------------------------------|------------|--|----------------|--|
|                              | Этап начальной подготовки          |            | Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                | Этап совершенствования спортивного мастерства          |
|                              | До года                            | Свыше года | До трех лет  | Свыше трех лет |  |
| Количество часов в неделю    | 4,5                                | 6-9        | 9-10   | 10-12          | Выполнение индивидуального плана спортивной подготовки |
| Общее количество часов в год | 234-312                            | 312-468    | 468-520  | 520-624        |  |



**Вид спорта: «Спорт глухих».**

| Этапный норматив             | Этапы и годы спортивной подготовки |            |  |                |   |
|------------------------------|------------------------------------|------------|--|----------------|---|
|                              | Этап начальной подготовки          |            | Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                | Этап совершенствования спортивного мастерства |
|                              | До года                            | Свыше года | До трех лет  | Свыше трех лет |   |
| Количество часов в неделю    | 4,5                                | 6          | 12   | 14             | 18  |
| Общее количество часов в год | 234                                | 312        | 624  | 728            | 936   |

**Вид спорта: «Спорт лиц с поражением ОДА».**

| Этапный норматив   | Этапы и годы спортивной подготовки |            |  |                |   |            |
|--|------------------------------------|------------|--|----------------|---|------------|
|  | Этап начальной подготовки          |            | Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                | Этап совершенствования спортивного мастерства |            |
|  | До года                            | Свыше года | До трех лет  | Свыше трех лет | До года                                       | Свыше года |
| <b>Для спортивной дисциплины гребля на байдарках и каноэ.</b>                                      |                                    |            |  |                |   |            |
| Количество часов в неделю  | 4,5                                | 8          | 10   | 12             | 14  | 14         |
| Общее количество часов в год   | 234                                | 416        | 520  | 624            | 728   | 728        |
| <b>Для спортивных дисциплин, содержащих в своём наименовании словосочетание «легкая атлетика».</b> |                                    |            |  |                |   |            |
| Количество часов в неделю  | 4,5                                | 8          | 10   | 14             | 18  | 20         |
| Общее количество часов в год   | 234                                | 416        | 520  | 728            | 936   | 1040       |
| <b>Для спортивной дисциплины настольный теннис.</b>  |                                    |            |  |                |   |            |
| Количество часов в неделю  | 4,5                                | 6          | 10   | 12             | 16  | 16         |
| Общее количество часов в год   | 234                                | 312        | 520  | 624            | 832   | 832        |
| <b>Для спортивной дисциплины плавание (I функциональная группа).</b>                               |                                    |            |  |                |   |            |
| Количество часов в неделю  | 4,5                                | 6          | 8  | 10             | 12  | 14         |
| Общее количество часов в год   | 234                                | 312        | 416  | 520            | 624   | 728        |
| <b>Для спортивной дисциплины плавание (II функциональная группа).</b>                              |                                    |            |  |                |   |            |
| Количество часов в неделю  | 4,5                                | 6          | 8  | 10             | 16  | 18         |
| Общее количество часов в год   | 234                                | 312        | 416  | 520            | 832   | 936        |

|  |     |     |     |     |     |     |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| количество часов в год   |     |     |     |     |     |     |
| <b>Для спортивной дисциплины плавание (III функциональная группа).</b> |     |     |     |     |     |     |
| Количество часов в неделю  | 6   | 8   | 10  | 12  | 16  | 18  |
| Общее количество часов в год   | 312 | 416 | 520 | 624 | 832 | 936 |

**Вид спорта: «Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями».**

| Этапный норматив                              | Этапы и годы спортивной подготовки |            |  |                |   |
|---|------------------------------------|------------|--|----------------|---|
|   | Этап начальной подготовки          |            | Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                | Этап совершенствования спортивного мастерства |
|   | До года                            | Свыше года | До трех лет  | Свыше трех лет |   |
| <b>Для спортивной дисциплины лыжные гонки</b> |                                    |            |  |                |   |
| Количество часов в неделю                     | 4,5                                | 6          | 8  | 10             | 16  |
| Общее количество часов в год                  | 234                                | 312        | 416  | 520            | 832   |
| <b>Для спортивной дисциплины плавание</b>     |                                    |            |  |                |   |
| Количество часов в неделю                     | 4,5                                | 6          | 8  | 10             | 16  |
| Общее количество часов в год                  | 234                                | 312        | 416  | 520            | 832   |