

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

8. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются групповые, индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные мероприятия, инструкторская и судейская практика обучающихся.

9. Продолжительность учебно-тренировочного года по дополнительным образовательным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта на спортивно-оздоровительном этапе - 46 недель, продолжительность занятий исчисляется в академических часах (45 мин.)

10. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований и турниров по различным видам спорта.

11. В каникулярное время спортивная школа может открывать в установленном порядке спортивные площадки дневного пребывания, спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные мероприятия.

12. Учебно-тренировочные занятия обучающихся в период школьных каникул проводятся по временному расписанию, плану работы спортивной школы в форме досуговых мероприятий (спортивно-массовые мероприятия, экскурсии) и самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса.