

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБУДО СШ «Сатурн»
от 28.04.2023 № 68/2

Положение

о режиме занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования Спортивной школы «Сатурн»

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования Спортивной школы «Сатурн» (далее - Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (пункт 3.6), приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», Уставом Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Спортивной школы «Сатурн» (далее - Учреждение) и иными нормативными актами.

1.2. Положение регулирует режим организации образовательной и учебно-тренировочной деятельности в соответствие с действующим законодательством и иными нормативно-правовыми документами, в том числе дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта и определяет порядок организации образовательного и учебно-тренировочного процесса в Учреждении в течение установленной продолжительности учебно-тренировочного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

Временное изменение режима учебно-тренировочных занятий возможно только на основании приказа директора Учреждения.

1.3. Организация учебно-тренировочного процесса в Учреждении регламентируется Уставом Учреждения, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами Учреждения, в том числе дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта: плавание, подводный спорт, легкая атлетика, футбол (включающими в себя годовой учебно-тренировочный план, календарный план воспитательной работы, план мероприятий направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, планы инструкторской и судейской практики, планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения

восстановительных средств) а также календарным учебно-тренировочным графиком, расписанием учебно-тренировочных занятий, индивидуальными учебными планами.

2. Организация учебно-тренировочного процесса

2.1. Организация и осуществление учебно-тренировочной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта проводятся с учетом особенностей организации непрерывного учебно-тренировочного процесса, комплектования учебно-тренировочных групп, организации и проведения промежуточной аттестации.

2.2. Учебно-тренировочный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 августа текущего календарного года. Если 1 сентября приходится на выходной день учебно-тренировочный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

Учреждение организует свою деятельность в течение всего календарного года. Учебно-тренировочные занятия в Учреждении проводятся ежедневно, включая выходные, согласно утвержденному расписанию.

2.3. Продолжительность учебно-тренировочного процесса по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта в Учреждении проводиться в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта в течении всего учебно-календарного года, включая каникулярное время: 46 недель реализация обучения в Учреждении и 6 недель каникулярное время (время периода отпусков тренерского-преподавательского состава) - в форме самостоятельных занятий по индивидуальным планам спортивной подготовки, в том числе в условиях спортивно-оздоровительных лагерей.

2.4. Режим учебно-тренировочных занятий в Учреждении устанавливается расписанием учебно-тренировочных занятий.

Расписание учебно-тренировочных занятий утверждается директором Учреждения по предоставлению тренеров-преподавателей в целях установления более благоприятного режима учебно-тренировочных занятий и отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

Заместитель директора по спортивной работе Учреждения вправе вносить изменения в расписание учебно-тренировочных занятий. Необходимые изменения расписания занятий оформляются приказом директора Учреждения.

Самовольные изменения расписания учебно-тренировочных занятий тренером-преподавателем не допускаются.

Изменения в расписания могут вноситься в случаях:

- изменения смены учебных занятий в общеобразовательных учреждениях;
- наступления каникулярных периодов;
- в связи с производственной необходимостью.

2.5. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки, определяется дополнительными образовательными

программами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта, производится до 30 сентября текущего года.

2.6. Учебно-тренировочный процесс проводится Учреждением в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельный подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

Самостоятельная подготовка может составлять не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения.

2.7. Продолжительность учебно-тренировочной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах рабочей недели тренера-преподавателя.

Образовательная и учебно-тренировочная деятельность в Учреждении не осуществляется в нерабочие и праздничные дни, установленные нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Московской области.

2.8. Учебно-тренировочные занятия проводятся по группам или индивидуально.

2.9. При комплектовании учебно-тренировочных групп Учреждение:

- формирует учебно-тренировочные группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки;

- учитывает возможность перевода обучающихся из других организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;

- определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом федерального стандарта спортивной подготовки.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий (при необходимости) одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- непревышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта - трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- непревышения единовременной пропускной способности объекта (спортивного сооружения) Учреждения;

- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

2.10. Учреждение объединяет (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском.

3. Режим занятий

3.1. Начало занятий начинается не ранее 8.00 часов утра и заканчивается не позднее 20.00 часов. Для обучающихся с 16-летнего возраста и старше допускается начало занятий не ранее 07.00 часов утра и окончание не позднее 21.30 часа.

В исключительном случае для обучающихся до 16-летнего возраста занятия

могут проводиться до 21.00 часа с согласия родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося.

Обучающиеся должны приходить на занятия не позднее, чем за 10-15 минут до их начала. Проходят в раздевалку, затем организованно выходят на учебно-тренировочное занятие. Опоздание на занятие не допустимо. Кроме групповых учебно-тренировочных занятий разрешается дополнительные занятия по общей физической подготовке по согласованию с администрацией Учреждения.

3.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия по дополнительных образовательных программам спортивной подготовки по видам спорта устанавливается в астрономических часах (60 минут) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) спортивной подготовки обучающегося и не превышает:

- на этапе начальной подготовки -2 часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - 3 часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – 4 часов.

3.3. В Учреждении устанавливается следующий режим учебно-тренировочных занятий по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта:

- по виду спорта «футбол»: на этапе начальной подготовке до одного года обучения — 6 часов в неделю; на этапе начальной подготовки выше года обучения - 8 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) до 3 (трех) лет обучения — 9-10 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) выше трех лет обучения — 12-16 часов в неделю; на этапе совершенствования спортивного мастерства — 20-22 часа в неделю;

- по виду спорта «легкая атлетика»: на этапе начальной подготовке до одного года обучения — 6 часов в неделю; на этапе начальной подготовки выше года обучения - 6-8 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) до трех лет обучения — 9-10 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) выше трех лет обучения — 12-18 часов в неделю; на этапе совершенствования спортивного мастерства — 20-22 часа в неделю;

- по виду спорта «плавание»: на этапе начальной подготовке до одного года обучения — 6 часов в неделю; на этапе начальной подготовки выше года обучения - 6-9 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) до трех лет обучения - 12 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) выше трех лет обучения - 14-18 часов в неделю; на этапе совершенствования спортивного мастерства - 20-22 часа в неделю;

- по виду спорта «подводный спорт»: на этапе начальной подготовке до одного года обучения - 6 часов в неделю; на этапе начальной подготовки выше года обучения - 6-9 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) до трех лет обучения - 12 часов в неделю; на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) выше трех лет обучения - 14-18 часов в неделю; на этапе совершенствования спортивного мастерства - 20-22 часа в неделю.

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

Режим учебно-тренировочного занятия может регулироваться и меняться в связи с загруженностью спортивного зала.

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

3.4. Продолжительность одного занятия при реализации дополнительных общеразвивающих программам в области физической культуры и спорта (при ее реализации) рассчитывается в астрономических часах (60 минут) с учетом возрастных особенностей и уровней (периода) подготовки и не может превышать на спортивно-оздоровительном этапе более 1 часа.

3.5. В целях недопущения перегрузок и сохранения здоровья обучающихся вводятся обязательные перерывы, с учетом специфики вида спорта продолжительностью не менее 10 минут.

3.6. В период каникул, в общеобразовательных учреждениях, для обеспечения непрерывности освоения обучающимися дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта могут организовываться физкультурно-спортивные лагеря, а также может обеспечиваться участие обучающихся в учебно-тренировочных сборах, проводимых Учреждением.

4. Заключительные положения

4.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, принято в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, вступает в силу с даты его утверждения приказом директора Учреждения и действует бессрочно.

4.2. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего установленные им нормы.