

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Чернушинская спортивная школа»**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом МАУ ДО

«Чернушинская СШ»

Протокол №\_1\_\_\_\_\_

От «\_28\_\_\_\_\_» января\_\_\_\_\_2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора МАУ ДО

«Чернушинская СШ»

«\_01\_\_\_\_\_» февраля\_\_\_\_\_2023 г. №\_8\_



**Положение  
о режиме и формах занятий обучающихся в  
МАУ ДО «Чернушинская СШ»**

## **Общие положения.**

1.1. Настоящее положение разработано на основе Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам», Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"», Приказа Минспорта России от 15.11.2018 г. № 939 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам», Устава МАУ ДО «Чернушинская СШ» (далее Учреждение).

1.2. Настоящее Положение регулирует режим работы организации дополнительного образования, режим и формы занятий обучающихся.

### **1. Режим занятий обучающихся.**

2.1. Режим занятий обучающихся в Учреждении устанавливается расписанием, утвержденным директором Учреждения по предоставлению тренеров-преподавателей с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

2.2. Продолжительность учебного года с 1 января по 31 декабря. Учреждение реализует программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности по видам спорта, гдеопределяется продолжительность обучения детей, объем работы.

2.3. В каникулярное время занятия проводятся в соответствии с учебными планами и календарным планом участия в спортивно-массовых мероприятиях. Допускается изменение форм занятий.

2.4. Продолжительность учебной недели:

- на спортивно-оздоровительном этапе – 3 дня;
- на этапе начальной подготовки 1-2 года, базового уровня 1-2 года - 3 дня;
- на этапе начальной подготовки 3года, базового уровня 3-6 года – 3-4 дня;
- на учебно-тренировочном этапе, углубленном уровне 1-2 года - 4 дня;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства, углубленном уровне 4- 6 года – 4-5 дней;
- для сборных команд – 4-5 дней.

2.5. Продолжительность занятий для обучающихся:

- групп спортивно-оздоровительного этапа, базового уровня 1-2 года – не более 2-х академических часов;
- групп начальной подготовки года обучения, базового уровня 3-6 года – не более 2-х, в будние дни и 3-х академических часов в выходные и каникулярные дни;
- учебно-тренировочных групп, групп углубленного уровня, групп ССМ,

сборных команд – 3 - 4-х академических часов.

2.6. Расписание учебно-тренировочных занятий утверждается директором Учреждения не позднее 01 октября. Изменения в расписание могут быть внесены в течении года на основании заявления тренера-преподавателя.

2.7. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресенье и праздничные дни.

2.8. Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

2.9. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительность не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений. В зависимости от особенностей вида спорта занятия могут проходить без перерыва, данное время может быть использовано также для теоретической подготовки или воспитательной работе.

2.10. Максимальный количественный состав групп по видам спорта до 25 человек.

2.11. Учебный год в Учреждении начинается 1 января. Окончательное комплектование групп и учебной нагрузки тренеров-преподавателей устанавливается 1 февраля. Продолжительность учебного года на программах спортивной подготовки – 52 недели (46 недель учебно-тренировочных занятий в условиях спортивной школы и 6 недель в спортивно-оздоровительных лагерях, учебно-тренировочных сборах, по индивидуальным планам подготовки), не менее 42 недель для дополнительных образовательных программ, не менее 36 недель для дополнительных общеразвивающих программ.

2.12. Занятия по отделениям по видам спорта могут проводиться по группам, индивидуально или объединенным составом.

Иные особенности режима занятий обучающихся в учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

## **2. Формы занятий обучающихся.**

3.1. Основными формами организации занятий являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей обучающихся;
- индивидуальные учебно-тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на соревнованиях в пару, группу;
- мастер-класс с известными спортсменами, тренерами в области физической культуры и спорта;
- посещения музеев, имеющих экспозиции по спортивной тематике, театров, цирков, кинотеатров для просмотра спектаклей, представлений, фильмов на спортивную тему;
- самостоятельная работа по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия;
- медицинский контроль;

- участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях разного уровня;
- учебно-тренировочные сборы;
- инструкторская и судейская практика;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Объем нагрузки на занятия определяется тренером-преподавателем в соответствии с годовым планом-графиком и учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объема нагрузки в соответствии с физиологическими особенностями организма обучающихся.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися разных групп при условии:

- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает 2-х спортивных разрядов;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный количественный состав объединенной групп.

В каникулярное время Учреждение может открыть в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные мероприятия. Обучающиеся так же могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря продолжая учебно-тренировочные занятия.

### **3. Заключительные положения**

Иные особенности режима и форм занятий обучающихся в Учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

Срок действия положения не ограничен. При изменении нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность Учреждения, в положение вносятся изменения в соответствии с установленным законом порядком.