

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
протокол № 2  
от «15» марта 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МАУ ДО «СШОР «Олимпиец»  
от «30» марта 2023 г.  
№ 153-01-06-24/1

**Положение  
о режиме занятий обучающихся  
Муниципального автономного учреждения  
дополнительного образования  
«Спортивная школа олимпийского резерва «Олимпиец»**

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение регулирует режим организации учебно-тренировочной деятельности Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Олимпиец» (далее – Учреждение).

1.2. Положение о режиме занятий обучающихся (далее - Положение) разработано на основании нормативных документов:

- Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ;

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом Министерства спорта РФ от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

- Уставом Учреждения.

## **2. Режим учебно-тренировочной деятельности**

2.1. Образовательный процесс начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря.

2.2. Количество часов учебно-тренировочной работы устанавливается ежегодным учебным планом-графиком по распределению учебно-тренировочных часов по каждой группе видов спорта:

- для обучающихся по дополнительным программам спортивной подготовки 52 недели, из них 46 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях Учреждения и дополнительно 6 недель в условиях тренировочных сборов и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их

активного отдыха;

- для обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам – 46 недель учебно-тренировочных занятий.

Учебный план-график составляется в астрономических часах и утверждается директором Учреждения.

2.3. Основными формами круглогодичного учебно-тренировочного процесса являются: групповые и индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам, инструкторская и судейская практика, тестирование и контроль, медико-восстановительные мероприятия, промежуточная и итоговая аттестация, участие в спортивных мероприятиях (соревнования, матчевые встречи), учебно-тренировочные мероприятия (сборы), спортивно - оздоровительные лагеря).

2.4. Расписание учебно-тренировочных занятий по группам составляется по представлению тренера-преподавателя в целях установления наиболее благоприятного режима занятий, отдыха обучающихся, с учётом обучения в образовательных учреждениях и утверждается директором Учреждения.

2.5. Учреждение работает по шестидневной рабочей неделе. Занятия обучающихся в Учреждении могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

2.6. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16 лет и старше окончание занятий допускается в 21.00 часов.

2.7. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных общеобразовательных программ рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов;
- на этапе начальной подготовке - 2 часов;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - 3 часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - 4 часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - 4 часов.

Академический час в Учреждении составляет 45 минут.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий составляет не более 8 часов.

2.8. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки устанавливается, согласно дополнительным общеобразовательным программам по видам спорта.

2.9. Обучающиеся должны приходить на учебно-тренировочное занятие не позднее чем за 10 минут до его начала.