

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
МБУ ДО «СШ «Полимер»  
Протокол № 2 от 27.03. 2023г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом МБУ ДО «СШ «Полимер»  
от « 28 » 03 2023г. № 38-ОСН



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся**  
**в группах, продолжительность учебных занятий**  
**в МБУ СП «СШ «Полимер»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Полимер» (далее - Учреждение) разработано в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г., приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022г. № 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», Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

1.2. Настоящее положение регулирует режим организации учебного - тренировочного процесса.

**3. Режим занятий обучающихся**

2.1. Учебно-тренировочный процесс осуществляется по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и дополнительным общеразвивающим программам в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.2. Организация учебно-тренировочного процесса регламентируется учебным планом, годовым планом - графиком, расписанием учебных занятий с учетом санитарно-гигиенических требований и норм, календарным планом спортивно-массовых мероприятий.

2.3. Основными формами учебно-тренировочных занятий являются: групповые и индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, учебно-тренировочные мероприятия, участие в спортивных соревнованиях

2.4. Учебный год в Учреждении начинается 1 октября, заканчивается 30 сентября следующего года.

2.5. Продолжительность учебно-тренировочного процесса определяется дополнительными общеобразовательными программами (для дополнительных общеразвивающих программ - не менее 42 недель, для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки не менее 52 недель).

2.6. Расписание занятий составляется с учетом наиболее благоприятного режима учебно-тренировочных занятий и отдыха обучающихся, их возрастных особенностей, возможностей использования спортивных объектов с учетом мнения родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся.

2.7. Изменения в расписании допускаются по производственной необходимости, вносятся тренером-преподавателем с учетом пожелания родителей (законных представителей)

детей, согласовываются с заместителем директора по СП и утверждаются директором Учреждения.

2.8. Учебно-тренировочный процесс проводится Учреждением в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной 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.

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

2.10. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся 16-17 лет допускается проведение занятий до 21:00 часа. Для спортсменов, достигших совершеннолетия (18 лет) и старше занятия могут начинаться раньше и заканчиваться позже указанного времени.

2.11. Продолжительность одного занятия измеряется в академических часах. Продолжительность одного часа - 45 минут.

2.12. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений. При этом сам учебно-тренировочный процесс продолжается, данное время может быть также использовано для теоретической подготовки, воспитательной работы и другой деятельности педагогической направленности. Также предусмотрена возможность перерывов для отдыха обучающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего учебно-тренировочного процесса в целом.

2.13. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не должна превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки двух академических часов.

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)- трех академических часов.

- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех академических часов.

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

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

- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

2.15. Учреждение объединяет (при необходимости) 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.

2.16. Наполняемость учебно-тренировочных групп устанавливается, согласно дополнительным общеобразовательным программам.

2.17. Организация летней оздоровительной кампании является продолжением тренировочного процесса. Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях и проводит тренировочные сборы и тренировочные мероприятия в соответствии с расписанием утвержденным приказом.