

ПРИНЯТО:
На Педагогическом совете
МБУДО СШ «Гармония»



УТВЕРЖДЕНО:
Директор
МБУДО СШ «Гармония»
/В.В. Апухтина/

Протокол № 4 от «17» мая 2024 г.

Приказ № 18/1 от «21» мая 2024 г.

Положение о режиме и форме учебно-тренировочных занятиях обучающихся

1. Общие положения

- 1.1 Положение о режиме учебно-тренировочных занятий обучающихся МБУДО СШ «Гармония» г. Челябинска (далее – Организация, Положение) разработано в соответствии с действующим законодательством и иными нормативно-правовыми актами, в том числе:
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
 - Федеральным законом от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
 - Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629;
 - Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденными приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634;
 - Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;
 - Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3.685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;
 - Уставом Организации.

1.2. Настоящее Положение разработано в целях регламентирования образовательной деятельности и учебно-тренировочного процесса в соответствие с действующим законодательством и иными нормативно-правовыми документами и определяет порядок организации образовательного процесса в Организации в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.3. Организация образовательного процесса в Учреждении регламентируется Уставом Организации, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами Организации, в том числе дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта (включающими в себя годовой учебно-тренировочный план, календарный план воспитательной работы, план мероприятий, направленных 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, расписаниями занятий, индивидуальными учебными планами.

2. Режим образовательного процесса

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

Учебный год в Организации начинается 1 января и заканчивается 31 декабря.

2.2. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- учебно-тренировочные мероприятия;
- участия в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль;
- мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;
- воспитательная работа.

2.3. продолжительность учебного года – 52 недели.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Организация реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в течение всего календарного года, включая каникулярное время: 46 недель обучение осуществляется непосредственно в условиях Организации и 6 недель (каникулярное время, время периода отпусков тренерско-преподавательского состава) – в форме самостоятельных занятий по индивидуальным планам спортивной подготовки, в том числе в условиях спортивно-оздоровительных лагерей и т.д.

2.4. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта, разработанным с учетом примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, принятыми в соответствии с порядком, установленным Уставом Организации.

2.5. Учебно-тренировочный процесс проводится Организацией 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.

2.6. Продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах рабочей недели тренера-преподавателя. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.

2.7. Занятия могут проводиться по группам, подгруппам или индивидуально.

2.8. При комплектовании учебно-тренировочных групп Организация:

- 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.

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

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта - трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения; - обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

2.9. 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 учебно-тренировочных занятий

3.1. Начало занятий: согласно утвержденному расписанию занятий, не ранее 8.00 часов утра. Окончание занятий: согласно расписанию, не позднее 20.00 для обучающихся 7 – 15 лет. Для обучающихся в возрасте 16 - 18 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов.

3.1.1. Обучающиеся должны приходить на занятия не позднее, чем за 10-15 минут до их начала.

3.2. В Организации устанавливается следующий режим занятий по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки:

3.2.1. по виду спорта «художественная гимнастика»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 6 часов в неделю;
- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 8 часов в неделю;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 12 - 14 часов в неделю;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения - 16 - 18 часов в неделю;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - 20 – 24 часа в неделю;
- на этапе высшего спортивного мастерства – 24 часа в неделю.

3.2.2. по виду спорта «эстетическая гимнастика»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 6 часов в неделю;
- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 9 часов в неделю;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 12 - 14 часов в неделю;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения - 16 - 18 часов в неделю;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - 20 – 24 часа в неделю; - на этапе высшего спортивного мастерства – 24 часа в неделю.

3.3. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рассчитывается исходя из астрономического часа и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - четырех часов;

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

3.4. В целях недопущения перегрузок и сохранения здоровья обучающихся вводятся обязательные перерывы (с учетом специфики вида спорта продолжительность не менее 10 минут): для детей 8 лет и старше - после 45 минут занятия;

Возможно введение перерывов для отдыха, занимающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего учебно-тренировочного процесса в целом, при этом не должны быть превышены временные ограничения занятия до перерыва, установленные в зависимости от возраста обучающегося в настоящем пункте.

3.4. В период каникул для обеспечения непрерывности освоения обучающимися дополнительных образовательных программ спортивной подготовки могут организовываться физкультурно-спортивные лагеря, а также может обеспечиваться участие обучающихся в учебно - тренировочных мероприятиях (сборах, проводимых Организацией).

4. Заключительные положения

4.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Организации, принято на Педагогическом совете, вступает в силу с даты его утверждения приказом директора Организации и действует бессрочно.

4.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, и вступают в силу с даты утверждения директором Организации.

4.3. После принятия Положения в новой редакции (или изменений и дополнений в Положение) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

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