

26  
Рассмотрено на заседании педагогического совета ОГАУ «СШОР №4 Белгородской области»



Утверждено  
Директор ОГАУ «СШОР №4  
Белгородской области»  
О.С. Аушева

Протокол №1 от 09.01.2023 г.

Приказ №1-ОД от 09.01.2023 г.

**Положение  
о режиме занятий обучающихся  
ОГАУ «СШОР №4 Белгородской области» (далее- Учреждение)**

**1. Общие положения**

1.1 Положение о режиме занятий обучающихся Учреждения составлено в соответствии со следующими нормативными документами: Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Федеральным Законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ, приказом Минспорта России от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", Уставом Учреждения.

**2. Режим занятий обучающихся**

2.1. Режим занятий обучающихся Учреждения устанавливается расписанием, утверждаемым директором Учреждения по представлению тренеров-преподавателей (тренеров). Все изменения, вносимые в расписание, согласовываются с заместителем директора и утверждаются директором Учреждения.

2.2. Учреждение реализует программы дополнительного образования спортивной подготовки по видам спорта, дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.3. Учебно-тренировочный год в учреждении начинается 1 января.

2.4. Продолжительность учебно-тренировочного года по дополнительным программам спортивной подготовки по видам спорта - 52 недели (46 недель учебно-тренировочных занятий в условиях Учреждения и 6 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, учебно-тренировочных сборах и индивидуальной подготовки), по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта – 46 недель (40 недель учебно-тренировочных занятий в условиях Учреждения и 6 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, восстановительных мероприятиях).

2.5. 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.

2.6. Занятия в Учреждении могут проводиться по группам и индивидуально. В целях массового обучения основам спортивной тренировки допускается работа с переменным составом учащихся только в спортивно-оздоровительных группах.

2.7. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.

2.8. Занятия для несовершеннолетних обучающихся в учреждении начинаются не ранее 8.00. Окончание занятий - не позднее 20.00, для обучающихся 16-18 лет до 21.00.

2.9. Продолжительность каждого учебно-тренировочного занятия определяется федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки - 2 часа;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - 3 часа;
- на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства - 4 часа.

2.10. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха учащихся и проветривания помещений. Продолжительность занятий исчисляется в астрономических часах.

2.11. Объем нагрузки на учебно-тренировочном занятии определяется тренером-преподавателем (тренером) в соответствии с месячным планом и учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объема нагрузки на занятии в соответствии с физиологическими особенностями организма обучающихся. Месячный план составляется на основе содержания и объемов, рекомендованных дополнительными образовательными программами.

2.12. Максимальный и минимальный количественный состав групп определяется в зависимости от этапа подготовки, в соответствии с дополнительными программами спортивной подготовки по видам спорта, дополнительными общеразвивающими программами по видам спорта.

2.13. 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.

2.14. Учреждение может в установленном порядке проводить учебно-тренировочные сборы. Обучающиеся тренировочных групп и групп совершенствования спортивного мастерства могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения учебно-тренировочных занятий, в количестве не более 8-ми обучающихся на каждого тренера-преподавателя (тренера).

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

2.16. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, индивидуальные учебно-тренировочные занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в матчевых встречах, соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика обучающихся. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований, турниров по видам спорта, командирование команд и отдельных спортсменов на соревнования различного уровня.

### **3. Заключительные положения.**

3.1. Настоящее Положение вступает в силу с даты утверждения его директором Учреждения и действует бессрочно.

3.2. Все Приложения к настоящему Положению, а равно изменения и дополнения, являются его неотъемлемыми частями. Изменения и дополнения, внесенные в настоящее Положение, если иное не установлено, вступают в силу в порядке, предусмотренном для Положения.

3.3. Контроль над правильным и своевременным исполнением настоящего Положения возлагается на директора Учреждения.