

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
АУ ДО «СП №1» Г. ЧЕБОКСАРЫ  
Протокол №1 от 04.05.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора  
АУ ДО «СП №1» Г. ЧЕБОКСАРЫ  
  
А.В. Пиняев  
Приказ №ОД-24 от 04.05.2023 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся в автономном учреждении**  
**дополнительного образования «Спортивная школа № 1» муниципального**  
**образования города Чебоксары столицы Чувашской Республики**

**1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа № 1» муниципального образования города Чебоксары столицы Чувашской Республики (далее соответственно - Положение, Учреждение) разработано в соответствии с:

- 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 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании 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, утверждёнными 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 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2;

– Уставом Учреждения.

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

1.3. Организация образовательного процесса в Учреждении регламентируется Уставом Учреждения, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами Учреждения, 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, расписанием занятий, индивидуальными учебными планами.

## **2. Режим образовательного процесса**

2.1. Учебный год в Учреждении с учетом сроков проведения физкультурных и спортивных мероприятий, в которых планируется участие обучающихся, начинается с 1 января, заканчивается 30 декабря.

2.2. Продолжительность учебного года – 52 недели.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в течении всего календарного года, включая каникулярное время: 46 недель обучение осуществляется непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель (каникулярное время, время периода отпусков тренерско-преподавательского

состава) – в форме самостоятельных занятий по индивидуальным планам спортивной подготовки, в том числе в условия спортивно-оздоровительных лагерей.

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

2.4. 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.

2.5. Продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах шестидневной рабочей недели (один выходной день). Образовательная деятельность в Учреждении не осуществляется в нерабочие и праздничные дни, установленные нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Чувашской Республики.

2.6. Занятия проводятся по группам, подгруппам или индивидуально.

2.7. При комплектовании учебно-тренировочных групп Учреждение:

- формирует учебно-тренировочные группы по виду спорта 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.

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

- непревышения 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.

### 3. Режим учебно-тренировочных занятий

3.1. Начало занятий: согласно утвержденному расписанию занятий, не ранее 08:00 часов утра.

Окончание занятий: согласно утвержденному расписанию, не позднее 19:30 часов вечера для обучающихся в возрасте до 7 лет, не позднее 20:00 часов вечера для обучающихся 7-15 лет. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет и старше допускается окончание занятий в 21:00 часов вечера.

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

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рассчитывается в астрономических часах (60 мин.) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) спортивной подготовки обучающегося.

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

по виду спорта **спортивная борьба (панкратион)**:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5-6 часов в неделю (занятия проводятся 2-3 раза в неделю);
- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3-4 раза в неделю);
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трёх лет обучения – 10-12 часов в неделю (занятия проводятся 4-5 раз в неделю);
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 12-20 часов в неделю (занятия проводятся 5-6 раз в неделю);

по виду спорта **тайский бокс**:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5-6 часов в неделю (занятия проводятся 2-3 раза в неделю);
- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3-4 раза в неделю);

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трёх лет обучения – 8-14 часов в неделю (занятия проводятся 4-5 раз в неделю);

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 12-18 часов в неделю (занятия проводятся 5-6 раз в неделю);

по виду спорта **ушу:**

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5-6 часов в неделю (занятия проводятся 2-3 раза в неделю);

- на этапе начальной подготовки свыше года обучение – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3-4 раза в неделю);

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трёх лет обучения – 8-14 часов в неделю (занятия проводятся 4-5 раз в неделю);

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 12-18 часов в неделю (занятия проводятся 5-6 раз в неделю).

3.3. Установленная учебно-тренировочная нагрузка конкретизируется расписанием учебно-тренировочных занятий Учреждения, но не превышает установленных часов.

При проведении более одного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более 8 часов. Режим занятия может регулироваться и меняться в связи с загруженностью спортивного зала.

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 сборах, проводимых Учреждением.

## **4. Заключительные положения**

4.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, принято в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, вступают в силу с даты их утверждения приказом директора Учреждения и действуют бессрочно.

4.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения Педагогического

совета, Методического совета, предусмотренные Уставом Учреждения для принятия Правил, и вступают в силу с даты утверждения директором Учреждения.

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

4.4. Положение подлежат актуализации при изменении законодательства, регулирующего установленные им положения.

4.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте Учреждения.