

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим советом  
МБУДО СШОР № 10 «Олимп»  
(протокол от 03.02.2023г. №2)

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом от 06.02.2023г. №31/1-о/д  
Директор МБУДО СШОР № 10 «Олимп»  
\_\_\_\_\_ А.В. Степанов

Положение  
о режиме занятий обучающихся  
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования  
спортивной школы олимпийского резерва № 10 «Олимп»  
городского округа Тольятти

Тольятти  
2023г.

## **1. Общие положения.**

1.1 Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся МБУДО СШОР № 10 «Олимп» (далее соответственно – Учреждение, Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 30, п.2); с Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г. №329-ФЗ; приказом Минспорта России «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации» от 30.10.2015г. № 999 (ред. от 07.07.2022г.) и Уставом Учреждением.

1.2 Настоящее Положение регулирует режим организации учебно-тренировочной деятельности Учреждения.

1.3 Обучающимся является лицо, зачисленное (восстановленное) приказом директора Учреждения, в соответствии с Положением о порядке приема, перевода, отчисления и восстановления обучающихся.

1.4 Текст настоящего положения размещается на официальном сайте Учреждения.

## **2. Организация образовательного (учебно-тренировочного) процесса в Учреждении.**

2.1. Образовательный процесс в Учреждении осуществляется по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – программы) в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.2. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа следующего календарного года. Группы начальной подготовки начинают учебно-тренировочный процесс по мере комплектования, но не позднее 15 октября.

2.3. Учебно-тренировочный процесс рассчитан в соответствии с годовым учебным планом на 52 недели.

2.4. Учебно-тренировочный процесс начинается не ранее 07:00 утра и заканчивается: для обучающихся до 16 лет не позднее 20:00, для обучающихся в возрасте 16 лет и старше не позднее 21:00.

2.5. Продолжительность учебно-тренировочного занятия определяется программой по конкретному виду спорта и исчисляется в астрономических часах. Продолжительность астрономического часа составляет – 60 минут.

2.6. Обучение и воспитание ведется на русском языке.

2.7. Возраст детей для зачисления на этапы спортивной подготовки определяется Федеральным стандартом спортивной подготовки по конкретному виду спорта.

2.8. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяются программами спортивной подготовки по конкретному виду спорта с учетом техники безопасности.

2.9. Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп, при соблюдении следующих условий:

- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает двух спортивных

разрядов и (или) званий;

- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения.

2.10. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, тестирование, участие в спортивных соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

### **3. Режим занятий обучающихся.**

3.1. Режим занятий обучающихся регламентируется календарными учебными графиками, расписанием учебно-тренировочных занятий.

3.2. Расписание учебно-тренировочных занятий групп составляется в начале учебного года для создания наиболее благоприятного режима занятий и отдыха обучающихся по представлению тренеров-преподавателей с учетом возрастных особенностей и в соответствии с Санитарными (санитарно-эпидемиологическими) правилами. Изменения в расписании учебно-тренировочных занятий допускаются при существовании необходимой объективности (участие тренеров-преподавателей в мероприятиях не связанных с образовательным процессом, в случае приостановления образовательного процесса при объявлении карантинных или ограничительных мероприятий, по особому распоряжению учредителя и контролирующих организаций, другие случаи), а так же по заявлению тренера-преподавателя.

3.3. Продолжительность учебно-тренировочного занятия определяется программой по конкретному виду спорта и исчисляется в астрономических часах. Продолжительность астрономического часа 60 минут.

3.4. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки не превышает: на этапе начальной подготовки – двух часов; на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов; на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства – четырех часов.

3.5. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, тестирование, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

3.6. Допускается объединение учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий: непревышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов (званий); непревышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения; обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

3.7. Физкультурные и спортивные мероприятия, проводимые Учреждением, осуществляются на основании календарного плана физкультурных и спортивных мероприятий.

3.8. Организация летней оздоровительной компании является продолжением учебно-тренировочного процесса. Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях и проводит учебно-тренировочные мероприятия.