

Принято
решением педагогического совета
МБОУ ДО «СШ №1» ЛМР РТ
протокол от «17» января 2025г. № 2

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ ДО «СШ №1» ЛМР РТ
от «17» января 2025г. № 5/2-п
З.М. Савельева



ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся, количестве
обучающихся в группе, их возрастные категории, а
также продолжительность учебно-тренировочных
занятий

муниципальной бюджетной организации дополнительного
образования
«Спортивная школа №1» Лениногорского муниципального района
Республики Татарстан
(МБОУ ДО «СШ №1» ЛМР РТ)

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся, количество обучающихся в группе, их возрастные категория, а также продолжительность учебно-тренировочных занятий в МБОУ ДО «СШ №1» ЛМР РТ (далее – Учреждение).

2. Режим и продолжительность учебно-тренировочных занятий обучающихся

2.1. Тренировочный год в Учреждении начинается 1 сентября. Занятия в группах спортивно-оздоровительной работы и группах начальной подготовки первого года, формируемых в начале учебно-тренировочного года, начинаются по мере комплектования, но не позднее 1 октября.

2.2. В Учреждении используется следующая система организации учебно-тренировочного процесса:

реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки – круглогодичная организация, рассчитанная на 52 тренировочные

недели, в том числе 46 недель непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным заданиям; реализация программ спортивно-оздоровительной работы – от 36 недель.

2.3. Годовой календарный учебно-тренировочный план на каждый учебно-тренировочный год утверждается приказом директора Учреждения.

2.4 Учебно-тренировочные занятия проводятся в 2 смены в соответствии с расписанием — понедельник – воскресенье.

2.5. Непрерывность учебно-тренировочного процесса в каникулярный период обеспечивается:

участием обучающихся и спортсменов в тренировочных сборах; самостоятельной работой по индивидуальным планам подготовки.

2.6. Занятия начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов.

2.7. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению педагогического состава в целях установления оптимального и наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся, обучения их в образовательных и других учреждениях, с учетом возрастных особенностей обучающихся.

2.8. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки рассчитывается в астрономических часах (включая короткие перемены, динамическую паузу) с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся и не может превышать:

на этапе начальной подготовки – 2 часа;

на учебно-тренировочном этапе до двух лет – 3 часа;

на учебно-тренировочном этапе свыше двух лет – 4 часа;

на этапах совершенствования спортивного мастерства (ССМ) и высшего спортивного мастерства (ВСМ) – 4 часа. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

2.9. Количество занятий в группах спортивно-оздоровительной работы 2-3 раза в неделю. Число и продолжительность занятий в день составляет 1 раз до 45 мин для детей в возрасте до 8 лет; 2 раза по 60 минут – для остальных обучающихся.

2.10. Между первой и второй сменами организуется перерыв не менее 30-минутный для уборки и проветривания помещений.

2.11. Особенности определения объема недельной учебно-тренировочной нагрузки обучающихся с учетом этапов спортивной подготовки:

Вид спорта	Спортивно-оздоровительная работа	Этап начальной		Учебно -тренировочный этап					Этап ССМ		Этап ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
Художественная гимнастика	4	6	9	12	14	16	18	18	24	28	32
Легкая атлетика	4	6	9	12	14	16	18	20	24	26	32
Спортивная акробатика	4	6	8	12	16	18	20	22	24	26	30
Пръжки на батуте, акробатической дорожке и двойном минитрампе	4	6	9	12	14	16	18	20	24	26	32
Футбол	4	6	8	10	12	14	16	18	24	28	32

2.12. Обучающиеся принимают участие в соревнованиях согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий Учреждения, который утверждается приказом директора Учреждения.

2.16. В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства Российской Федерации.

2.5. Организация летней оздоровительной кампании является продолжением учебно-тренировочного процесса. Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях (профилакториях и т.д.) и проводит учебно-тренировочные сборы в соответствии с приказом директора Учреждения.

2.6. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом директора Учреждения в соответствии с нормативно-правовыми документами региона.

3 Количество обучающихся в группе, их возрастные категории

3.1. Количество обучающихся в группе, их возрастные категории зависят от этапа спортивной подготовки, программы:

Вид спорта	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной		Тренировочный этап					Этап ССМ		Этап
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
Художественная гимнастика	15	15	12	8-15	6-12	6-12	6-12	6-12	5	5	3
Легкая атлетика	15	15	15	12-15	10-14	8-12	6-12	6-12	4	4	2
Спортивная акробатика	20	15	12	8-12	8-12	7-10	6-10	5-10	2	2	2

Прыжки на батуте, акробатической дорожке и двойном минитрампе	20	15	12	8-12	8-12	7-11	6-10	5-9	6	5	4
Футбол	15	15	15	15	12	10	8	7	6	5	4

3.2. Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп:

а) по дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым в области физической культуры и спорта,

б) по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

При объединении в одну группу обучающихся по возрасту и спортивной подготовленности разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов, а их количественный состав на этапе высшего спортивного мастерства не должен превышать 8 человек, спортивного совершенствования – 12 человек, учебно-тренировочного – 16 человек для обучающихся свыше двух и 20 человек – для обучающихся менее двух лет с учетом Правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях и единовременной пропускной способности спортивного сооружения.

3.3. Минимальный возраст зачисления поступающих в Учреждении по следующим видам спорта составляет

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап СОГ</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Тренировочный этап</i>	<i>Этап ССМ</i>	<i>Этап ВСМ</i>
Художественная гимнастика	3-4	6	8	13	15
Легкая атлетика	7	9	12	17	18
Спортивная акробатика	4-5	6	8	10	14
Прыжки на батуте, акробатической дорожке и	4-5	7	8	13	15
Футбол	5	7	10	14	16

3.2. При наличии необходимых условий Учреждение может осуществлять набор поступающих более раннего возраста (начиная с трехлетнего возраста в отделение художественной гимнастики, начиная с четырехлетнего возраста в отделение спортивной акробатики и прыжков на батуте, акробатической дорожке и двойном минитрампе) на спортивно-оздоровительный этап при соблюдении следующих организационно-методических и медицинских требований:

наличии письменного заявления одного из родителей (законного представителя) ребенка;

отсутствие медицинских противопоказаний для занятий избранным видом спорта;

наличии общеразвивающей программы, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;

наличии у тренера, привлечённого к работе с детьми раннего возраста, специальных курсов повышения квалификации.