

<p>Принято Педагогическим советом ГБУ ДО ЛО «СШОР по водным видам спорта»</p> <p>Протокол № <u>1</u> от «<u>5</u>» <u>марта</u> 20<u>24</u> г.</p>	<p>Утверждено Приказом директора ГБУ ДО ЛО «СШОР по водным видам спорта» от «<u>5</u>» <u>марта</u> 20<u>24</u> г.</p> <p>Директор школы  /С.Н.Кургузов/</p>
--	---

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**О режиме занятий обучающихся**  
**государственного бюджетного учреждения дополнительного образования**  
**Липецкой области «Спортивная школа олимпийского резерва по водным видам**  
**спорта»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение устанавливает режим учебно-тренировочных занятий обучающихся в ГБУ ДО ЛО «СШОР по водным видам спорта» (далее - Учреждение), регламентирует сроки начала и окончания учебного года, график работы Учреждения в период организации образовательного процесса, каникул, летнего отдыха и оздоровления обучающихся, а также график посещения Учреждения участниками образовательного процесса и иными лицами, продолжительность занятий на этапах спортивной подготовки.

1.2. Нормативно-правовой базой для разработки настоящего Положения являются следующие документы:

- Конституция РФ от 12.12.1993 г.(с изменениями от 01.07.2020 г.);
- Федеральный Закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24.07.1998г. № 124-ФЗ (с изменениями от 20.07.2000 г. № 103-ФЗ);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4.12.2007 № 329-ФЗ;
- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный Закон «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 30.04.2021 № 127-ФЗ;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» от 3.08. 2022 № 634;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «гребной спорт» от 30.11.2022 № 1090;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «гребля на байдарках и каноэ» от 09.11.2022 № 945;

- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «парусный спорт» от 09.11.2022 № 943;
- Правила внутреннего распорядка обучающихся;
- Устав Учреждения

## **2. Цели и задачи**

Основными целями и задачами настоящего Положения являются:

- 2.1. Упорядочение учебно-тренировочного процесса в соответствие с нормативно-правовыми документами;
- 2.2. Обеспечение конституционных прав обучающихся;
- 2.3. Реализация дополнительных общеобразовательных программ: дополнительных общеразвивающих программ (ДОП), дополнительных образовательных программ спортивной подготовки (ДОПСР).

## **3. Режим занятий обучающихся**

- 3.1. Режим занятий обучающихся Учреждения действует в течение календарного года.
- 3.2. Режим занятий обучающихся регламентируется годовым календарным учебным графиком.
- 3.3. Учебный год в Учреждении начинается 1 января и заканчивается 31 декабря. Количество учебных часов в год планируется из расчета 52 недели учебно-тренировочной работы (включая каникулярное время).
- 3.4. Занятия в Учреждении проводятся во все дни недели, включая воскресенье.
- 3.5. Продолжительность одного учебного часа составляет 60 минут.
- 3.6. Занятия в Учреждении начинаются в 08.00 часов и заканчиваются в 20.00 часов и проводятся в две смены. Занятия для спортсменов в возрасте от 16 лет и старше могут заканчиваться не позднее 21.00 часа.
- 3.7. Учебно-тренировочный процесс в Учреждении осуществляется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом и расписанием учебно-тренировочных занятий.
- 3.8. Расписание занятий составляется администрацией Учреждения для создания наиболее благоприятного режима учебно-тренировочных занятий и отдыха обучающихся по представлению тренеров-преподавателей с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся.  
Выходной день определяется расписанием занятий.
- 3.9. Расписание учебно-тренировочных занятий публикуется на официальном сайте учреждения в сети интернет и в АИС «Дневник-Спорт».
- 3.10. Изменение режима работы Учреждения, изменение расписания занятий допускается из-за отсутствия тренера-преподавателя по следующим причинам: болезнь, командировка, повышение квалификации, а также в случаях объявления карантина в Учреждении, по иным причинам, на основании распорядительных актов учредителя и приказа руководителя Учреждения.
- 3.11. В случае проведения учебно-тренировочного занятия за пределами Учреждения, тренер-преподаватель письменно уведомляет администрацию Учреждения о месте проведения занятия.
- 3.12. Учет объема и интенсивности учебно-тренировочной работы ежемесячно ведут тренеры-преподаватели в журналах учебных групп, в которых отражается содержание учебно-тренировочной работы по всем запланированным параметрам.
- 3.13. Регулярный врачебный контроль за обучающимися осуществляется областным врачебно-физкультурным диспансером.

3.14. Прием родителей (законных представителей) по личным вопросам осуществляется руководителем Учреждения по четвергам с 15.00 до 18.00.

#### **4. Режим занятий обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам (ДОП)**

4.1. Образовательный процесс в учреждении по ДОП осуществляется на спортивно-оздоровительном этапе обучения в течение всего календарного года (включая каникулярное время).

4.2. Продолжительность обучения по ДОП, порядок формирования групп, возрастной диапазон обучающихся определяется образовательной программой.

4.3. Учебная неделя определяется расписанием занятий и включает 3 (три) учебно-тренировочных дня;

4.4. В течение срока обучения расписание учебных занятий может изменяться.

4.5. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия составляет 1,5 часа.

4.6. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия, теоретические занятия, контрольное тестирование.

4.7. Порядок зачисления на спортивно-оздоровительный этап обучения определен ДОП и правилами приема обучающихся.

#### **5. Режим занятий обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (ДОПСП)**

5.1. ДОПСП реализуется на следующих этапах обучения:

- этап начальной подготовки;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации);
- этап совершенствования спортивного мастерства;
- этап высшего спортивного мастерства.

5.2. Учебно-тренировочные дни определяются расписанием занятий и могут меняться в течение учебного года.

5.3. Тренер-преподаватель не имеет право самостоятельно изменять расписание работы группы. В случае необходимости расписание может изменяться по согласованию с администрацией Учреждения.

5.4. Недельный режим учебно-тренировочных занятий является максимальным и установлен в зависимости от этапа подготовки.

Продолжительность одного занятия 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.

5.5. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия, участие в учебно-тренировочных мероприятиях (сборах) и соревнованиях, медико-восстановительные мероприятия,

инструкторская и судейская практика, теоретические занятия, контрольное тестирование, самостоятельные учебно-тренировочные занятия.

5.6. На этапах высшего спортивного мастерства и совершенствования спортивного мастерства планирование годового цикла подготовки спортсменов определяется календарным планом всероссийских и международных соревнований, в связи, с чем продолжительность сезона подготовки устанавливается индивидуально.

Кроме того, спортсмены выполняют индивидуальные задания тренера-преподавателя по совершенствованию техники и развитию необходимых физических качеств.

5.7. При реализации ДОПСИ в учебно-тренировочный процесс включена самостоятельная подготовка обучающихся. Её продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом на этапе спортивной подготовки.

5.8. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий (сборов) и участия в спортивных соревнованиях.

5.9. Обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой дополнительной общеобразовательной программы осуществляется в порядке, установленном локальными нормативными актами Учреждения.

## **6. Режим работы Учреждения в праздничные и выходные дни**

6.1. Работа сотрудников Учреждения в выходные и праздничные дни регламентируется приказом руководителя Учреждения, планом работы Учреждения, правилами внутреннего трудового распорядка.

## **7. Режим работы Учреждения в каникулярное время**

7.1. В период осенних, зимних, весенних и летних каникул педагогический и учебно-вспомогательный персонал Учреждения работает согласно утвержденному плану работы, графикам работ с указанием видов деятельности, которую будет выполнять тренер-преподаватель на каникулах. В этот период тренер-преподаватель может привлекаться к педагогической, методической, организационной работе, связанной с реализацией образовательной программы в пределах установленного ему объема учебной нагрузки (педагогической работы).