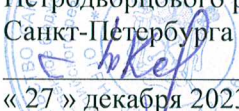


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ПЕТРОДВОРЦОВОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета  
ГБУ ДО СШОР  
Петродворцового района  
Санкт-Петербурга, протокол № 6  
от «26» декабря 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО СШОР  
Петродворцового района  
Санкт-Петербурга  
  
Т.М. Козак  
« 27 » декабря 2023 г.

Введено в действие Приказом

от 27 декабря 2023 № 2 1 1

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся в государственном бюджетном учреждении**  
**дополнительного образования спортивной школе олимпийского резерва**  
**Петродворцового района Санкт-Петербурга**

Санкт-Петербург

2023

## 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования спортивная школа олимпийского резерва Петродворцового района Санкт-Петербурга (далее — Положение) разработано в соответствии с федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ, санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», санитарными правилами и нормами СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» Приказом Минспорта России от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации», Приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки». Уставом Учреждения.

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся в Учреждении.

1.3. Режим занятий обучающихся действует в течение учебно-тренировочного года.

1.4. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора Учреждения.

1.5. Настоящее положение регламентирует функционирование Учреждения в период организации образовательного процесса, каникул, летнего отдыха и оздоровления.

1.6. Цель настоящего Положение — упорядочение образовательного процесса в соответствии с действующими нормативно-правовыми документами, обеспечение конституционных прав обучающихся на образование.

## 2. Режим образовательного процесса

2.1. Организация образовательного процесса регламентируется дополнительной образовательной программой спортивной подготовки, годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут), расписанием учебно-тренировочных занятий, календарным планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий.

2.2. Форма обучения — очная.

2.3. Учебный год в Учреждении начинается с 01 января и заканчивается 31 декабря, включая проведение промежуточной и итоговой аттестаций.

2.4. Продолжительность учебно-тренировочного года составляет 52 недели включая периоды самостоятельной подготовки по индивидуальным планам для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса. При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность должна составлять не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом.

Формы тренировочных занятий:

групповые тренировочные и теоретические занятия;

работа по индивидуальным планам на этапе совершенствования спортивного мастерства, этапе высшего спортивного мастерства;

самостоятельная работа (самоподготовка);

тренировочные мероприятия;

участия в спортивных соревнованиях и иных спортивных мероприятиях;

инструкторская и судейская практика;

медико-восстановительные мероприятия;

тестирование.

2.5. Учебно-тренировочные занятия осуществляются в режиме шестидневной рабочей недели для тренеров-преподавателей. Начало занятий: согласно утвержденному директором Учреждения расписанию учебно-тренировочных занятий. Для обучающихся в возрасте 07 - 10 лет допускается окончание занятий в 20.00 час, для обучающихся в возрасте 10 - 18 лет допускается окончание занятий в 21.00 час.

2.6. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия устанавливается в астрономических часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки — двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) — трех часов;

на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства (при наличии) — четырех часов.

2.7. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

2.8. Недельная нагрузка устанавливается в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки. В зависимости от специфики вида спорта и периода подготовки (переходный, подготовительный, соревновательный), начиная с учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации), недельная тренировочная нагрузка может увеличиваться или уменьшаться в пределах годового тренировочного плана, определенного для данного этапа спортивной подготовки.

2.9. Максимальный объем тренировочной нагрузки устанавливается в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

2.10. Режим учебно-тренировочных занятий устанавливается расписанием, утверждаемым директором Учреждения, по представлению тренеров-преподавателей согласованному заместителем директора по учебно(воспитательной) работе, с учетом возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм и требований.

2.11. Обучающиеся приходят на учебно-тренировочное занятие за 10 минут до его начала.

2.12. Продолжительность учебно-тренировочной недели 3-6 дней, в зависимости от этапа подготовки обучающихся. Рекомендуемое количество учебно-тренировочных занятий:

на этапе начальной подготовки — 3-4 раза в неделю;

на учебно-тренировочном этапе (спортивной специализации) — 4-6 раз в неделю;

на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства — 5-6 раз в неделю.

2.13. Учебно-тренировочные занятия могут проводиться во все дни недели, включая выходные дни и каникулярное время. В праздничные дни, в целях подготовки к спортивным соревнованиям, учебно-тренировочные занятия могут проводиться по инициативе тренера-преподавателя по согласованию с заместителем директора по учебно(воспитательной) работе, на основании приказа директора Учреждения.

2.14. При необходимости (в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском (перечень не является исчерпывающим)) возможно объединение на временной основе учебно-тренировочных групп для проведения учебно-тренировочных занятий. Проведение (при необходимости) учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп возможно при соблюдении следующих условий: не превышения 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.

2.15. Учебно-тренировочные занятия проводятся как на собственной базе, так и на других спортивных объектах города на основе заключенных договоров сетевого взаимодействия, договоров аренды.

2.16. Основными видами (формами) учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, учебно-тренировочные сборы, участие в спортивных соревнованиях различного ранга и физкультурных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, медико-восстановительные мероприятия, промежуточная аттестация и итоговая аттестация. Соотношение видов устанавливается дополнительной образовательной программой спортивной подготовки, разработанной в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

2.17 Учреждение организует учебно-тренировочные сборы в течение всего учебного года, не зависимо от выходных, праздничных и каникулярных дней.

2.18 Тренерам-преподавателям категорически запрещается:  
допускать в спортивный зал посторонних лиц без предварительного разрешения администрации Учреждения;  
вести прием родителей (законных представителей) во время учебно-тренировочных занятий;  
отпускать обучающихся с учебно-тренировочного занятия раньше времени окончания занятия.

2.19 По окончании тренировочного занятия, тренер-преподаватель выводит обучающихся из спортивного зала в раздевалку и присутствует на рабочем месте до передачи детей родителям (законным представителям) или ухода из здания всех его обучающихся.

### **3 Контроль соблюдения режима обучающихся**

3.1.Посещение обучающимися учебно-тренировочных занятий фиксируется тренерами-преподавателями в электронном журнале учета групповых занятий.

3.2 Посещение обучающихся контролирует инструктор-методист. Проверка посещаемости инструктором-методистом осуществляются не менее четырех раз в течение календарного года (проверяется работа с каждой группой).

3.3 План внутреннего контроля учебно-тренировочных занятий разрабатывается заместителем директора по учебно(воспитательной) работе с учетом календарного плана физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Учреждения.

3.4 План внутреннего контроля учебно-тренировочных занятий утверждается директором Учреждения.

### **4 Заключительные положения**

4.1.Настоящее Положение принимается решением Тренерского совета Учреждения, вступает в силу с даты его утверждения директором Учреждения и действует до принятия нового Положения. Все Приложения (при наличии) к настоящему Положению, а равно изменения и дополнения, являются его неотъемлемыми частями.

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

4.3 Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего установленные им нормы.

4.4 Настоящее Положение доводится до сведения обучающихся и родителей обучающихся при приеме в Учреждение, а также путем размещения Положения на официальном сайте Учреждения.

4.5 Срок действия Положения не ограничен.