

Рассмотрено и рекомендовано к
утверждению на заседании
педагогического совета МАУДО «СШОР
«Яр Чаллы»
протокол от 28.08.2023 г. № 01

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МАУДО «СШОР «Яр Чаллы»
от 01.09.2023 г. № 278



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 1A39820070B16FAA40EF917F0E29CB1A
Владелец: Назипов Мухаметхамет Габдулфатович
Действителен с 14.05.2024 до 14.08.2025

ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме занятий, количестве обучающихся в группе, их возрастные категории,
а также продолжительность учебно-тренировочных занятий
в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования
города Набережные Челны
«Спортивная школа олимпийского резерва «Яр Чаллы»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (с изменениями от 30.05.2023 года №392), с федеральными стандартами по видам спорта.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий, количество обучающихся в группе, их возрастные категория, а также продолжительность учебно-тренировочных занятий в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Яр Чаллы» (далее Учреждение).

2. Режим и продолжительность учебно-тренировочных занятий

2.1. Учебно-тренировочный год в Учреждении начинается 1 сентября. Занятия в спортивно-оздоровительных группах и группах этапа 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 образовательного и учебно-тренировочного процесса:

- реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки - круглогодичная организация, рассчитанная на 52 учебные недели, в том числе 46 недель непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным заданиям;
- реализация дополнительных общеразвивающих программ – от 46 до 52 недель.

2.3. Годовой план работы и 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- с понедельника по воскресенье.

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

2.6. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению тренерско-преподавательского состава в целях установления оптимального и наиболее благоприятного режима учебно-тренировочных

занятий, отдыха обучающихся, обучения их в образовательных и других учреждениях, с учетом возрастных особенностей обучающихся.

2.7. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рассчитывается исходя из астрономического часа (60 минут) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки обучающихся и не может превышать:

на этапе начальной подготовки – 2 часа;

на учебно-тренировочном этапе (этап спортивной специализации) до трех лет – 3 часа;

на тренировочном этапе (этап спортивной специализации) свыше трех 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 астрономических часов.

2.8. Количество занятий в спортивно-оздоровительных группах 2-3 раза в неделю. Число и продолжительность занятия в день составляет 1-2 раза по 60 мин.

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

2.10. Особенности определения объема недельной учебно-тренировочной нагрузки обучающихся с учетом этапов (периодов) подготовки (в астрономических часах):

Вид спорта	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап					Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	
легкая атлетика	4	6	9	12	14	16	18	20	24	26	32
велоспорт-шоссе	4	6	9	12	15	18	20		22	24	30
велоспорт-маунтинбайк	4	6	9	12	14	16	18		24	26	30
спортивная гимнастика	4	6	9	12	14	16	18	20	24	28	30
теннис	4	6	9	12	15	18	20	20	20	24	32
танцевальный спорт	4	6	9	12	12	14	16	18	24	26	32

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

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

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

2.14. 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 (периода) подготовки:

Вид спорта	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап					Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	
легкая атлетика	15	15	15	14	12	10	10	8	4	4	2
велоспорт-шоссе	20	12	12	10	8	8	8		6	6	5
велоспорт-маунтинбайк	20	15	12	10	8	8	6		4	2	2
спортивная гимнастика	15	12	12	10	8	6	6	6	2	2	1
теннис	12	10	8	8	8	8	7	7	3	3	2
танцевальный спорт	20	16	14	12	10	10	8	6	4	4	2

3.2. Учреждение определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп с учетом соблюдения единовременной пропускной способности спортивного сооружения и обеспечения требований по соблюдению техники безопасности:

на этапе начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом федерального стандарта спортивной подготовки по соответствующему виду спорта;

на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства - с учетом наличия обучающихся, имеющих уровень спортивной квалификации (спортивный разряд или спортивное звание), определенный в федеральном стандарте спортивной подготовки по соответствующему виду спорта."

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

- не превышение разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

При объединении в одну группу обучающихся количественный состав на этапе высшего спортивного мастерства не должен превышать 8 человек, спортивного совершенствования – 12 человек, учебно-тренировочного – 16 человек для обучающихся свыше двух лет и 20 человек – для обучающихся менее двух лет с учетом правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

3.4. Минимальный возраст для зачисления детей в Учреждение, по достижению установленного возраста в календарный год зачисления, по следующим видам спорта составляет:

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Учебно-тренировочный этап</i>	<i>Этап совершенствования спортивного мастерства</i>	<i>Этап высшего спортивного мастерства</i>
легкая атлетика	9	12	14	15
велосипедный спорт (шоссе, маунтинбайк)	7	11	15	17
спортивная гимнастика	7	9	14	16
теннис	7	9	13	14
танцевальный спорт	6	9	14	16

3.4. При наличии необходимых условий Учреждение может осуществлять набор детей более раннего возраста (начиная с пятилетнего возраста, по достижению его на в календарный год зачисления) на спортивно-оздоровительный этап при соблюдении следующих организационно-методических и медицинских требований:

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

отсутствии медицинских противопоказаний для занятий избранным видом спорта;

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

наличии у тренера-преподавателя, привлечённого к работе с детьми раннего

в
о
з
р
а
с
т
а
,
с
п
е
ц
и
а
л
ь
н
ы
х

к
у

Лист согласования к документу № 12 от 18.10.2024
Инициатор согласования: Назипов М.Г. Директор
Согласование инициировано: 18.10.2024 13:39

Лист согласования		Тип согласования: последовательное		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Назипов М.Г.		 Подписано 18.10.2024 - 13:40	-