

Принято
решением педагогического совета
МБУ ДО «КСШ №3» ЛМР РТ
протокол от «31» мая 2023г. № 5

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБУ ДО «КСШ №3» ЛМР РТ
от «01» июня 2023г. № 16
_____ А.З. Сафиуллин

ПОЛОЖЕНИЕ

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

**в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования
«Комплексная спортивная школа №3» Лениногорского муниципального
района Республики Татарстан
(МБУ ДО «КСШ №3» 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 категории, а также продолжительность учебно-тренировочных занятий в МБУ ДО «КСШ №3» 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 45 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-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап					Этап ССМ		Этап ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	весь период
Спортивная борьба (греко-римская)	4	6	9	12	14	16	18	20	24	28	30
Корэш	4	6	9	8	12	16	20	0	24	27	36

Бокс	4	6	9	12	14	16	18	20	24	28	32
Автомобильный спорт (картинг)	4	6	9	8	10	12	15	18	24	30	32

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

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

2.14. 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.

2.15. 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:

<i>Вид спорта</i>	<i>Спортивно-оздоровительный этап</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>		<i>Учебно-тренировочный этап</i>					<i>Этап ССМ</i>		<i>Этап ВСМ</i>
		<i>до года</i>	<i>свыше года</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>до года</i>	<i>свыше года</i>	<i>весь период</i>
Спортивная борьба (греко-римская)	15	15	14	12	12	10	10	10	6	6	4
Корэш	20	16	14	12	12	10	8	0	6	6	4
Бокс	15	15	14	12	10	10	10	10	6	5	3
Автомобильный спорт (картинг)	15	10	8	7	7	6	6	6	2	2	1

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 занимающихся свыше двух лет и 20 человек - для занимающихся 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 Учреждение по следующим видам спорта составляет:

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Учебно-тренировочный этап</i>	<i>Этап ССМ</i>	<i>Этап ВСМ</i>
Спортивная борьба (греко-римская)	7	11	14	16
Корэш	10	12	15	17
Бокс	9	12	14	16
Автомобильный спорт (картинг)	9	11	15	16

3.4. При наличии необходимых условий Учреждение может осуществлять набор поступающих более раннего возраста (начиная с четырехлетнего возраста) на спортивно-оздоровительный этап при соблюдении следующих организационно-методических и медицинских требований:

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

отсутствие медицинских противопоказаний для занятий избранным видом спорта;

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

наличие у тренера-преподавателя, привлечённого к работе с детьми раннего возраста, специальных курсов повышения квалификации.

