

МБУ «СШ «САБА-АРЕНА» Сабинского муниципального района РТ

ПРИНЯТО  
на заседании методического совета  
МБУ «СШ»САБА-АРЕНА»  
Протокол №1  
от 2.09. 2019 г.



УТВЕРЖДЕНО:  
Директор МБУ «СШ «САБА-АРЕНА»  
А.Ф. Багманов  
приказ №17  
от 24.09. 2019 г.

**Положение о режиме и формах деятельности занимающихся и тренеров Муниципального бюджетного учреждения «Спортивная школа «САБА-АРЕНА»**

**П. г. т. Богатые Сабы  
2019**

## Общие положения

- 1.1. Положение о режиме и формах деятельности обучающихся и тренеров Муниципальном бюджетном учреждении «Спортивной школе «САБА-АРЕНА» (МБУ «СШ «САБА-АРЕНА») (далее – Положение,) разработано в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребенка, Конституцией РФ, Федеральным Законом от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации», Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказом Минспорта России от 27.12.2013 г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (далее – СанПиН), федеральными стандартами спортивной подготовки (далее – ФССП) и уставом ДЮСШ.
- 1.2. Настоящее Положение устанавливает режим деятельности занимающихся и работников СШ. Режим занятий действует в течение тренировочного года.
- 1.3. В СШ реализуются дополнительные программы в области физической культуры и спорта на основании лицензии на осуществление деятельности двух видов:
  - 1) дополнительные предпрофессиональные программы (далее – Предпрофессиональные) для детей (мальчиков и девочек) на этапах начальной подготовки и тренировочном.
  - 2) дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности для детей (мальчиков и девочек) и взрослых ((родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников в этой же группе, без учёта в списочном составе группы)) на спортивно-оздоровительном этапе подготовки.
- 1.4. Зачисление детей (мальчиков и девочек) для воспитания по дополнительным программам в области физической культуры и спорта осуществляется при отсутствии противопоказаний к занятиям соответствующим видом спорта (п.8.9. СанПиН).
- 1.5. Данное Положение разработано в целях создания наиболее благоприятного режима воспитания и отдыха воспитанников СШ.
- 1.6. Временное изменение режима занятий для занимающихся возможно только на основании приказа директора СШ.

## **II. Цели и задачи:**

- 2.1. Упорядочение воспитательного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами.
- 2.2. Обеспечение конституционных прав занимающихся на дополнительное воспитание и здоровьесбережение.

## **III. Режим деятельности**

### **во время организации воспитательного процесса**

- 3.1. Организация процесса регламентируется планом, дополнительными программами, календарным планом-графиком, расписанием тренировочных занятий и настоящим Положением с учётом потребностей и возможностей занимающихся в очной форме.
- 3.2. Организацию процесса осуществляют администрация и тренеры в соответствии с должностной инструкцией.
- 3.3. Занятия в объединениях по видам спорта могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом объединения. В целях массового обучения основам спортивной тренировки допускается работа с переменным составом обучающихся только в группах начальной подготовки первого года.
- 3.4. Тренировочные занятия проводятся в свободное от занятий в учреждениях время на основании расписания. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая субботу, воскресенье и каникулярное время.
- 3.5. Занятия в группах начинаются и заканчиваются по расписанию:  
Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации программ в области физической культуры и спорта рассчитывается в академических часах с учётом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать:
  - ✓ на этапе начальной подготовки – 2 часов;
  - ✓ на тренировочном этапе – 3 часов.Продолжительность занятий:
  - ✓ занятия по дополнительным программам в области физической культуры и спорта 2-3 раза в неделю 1 занятие до 45 минут для детей в возрасте до 8 лет;
  - ✓ 2-3 раза в неделю 1 занятие до 45 минут для детей в возрасте до 8 лет;
  - ✓ 2-3 раза в неделю 2 занятия по 45 минут – для остальных занимающихся.
  - ✓ не более 2 академических часов по 45 минут в день для занимающихся до 15 лет;
  - ✓ не более 4-х академических часов по 45 минут в день для занимающихся старше 15 лет.
- 3.6. Продолжительность тренировочного года в СШ:
  - 1) этап начальной подготовки и тренировочный этап – не менее 46+6 недель. Тренировочный год начинается 1 сентября

и заканчивается 30 августа. Для занимающихся СШ, выпускных группах школ, тренировочный год заканчивается 30 мая.

- 3.7. Комплектование групп начальной подготовки первого года обучения проводится с 1 сентября по 1 октября. Утверждение плана комплектования производится приказом директора СШ с согласованием заместителя директора и методиста ежегодно до 1 октября.
  - 3.8. Воспитание в СШ ведутся на русском языке.
  - 3.9. Минимальный возраст зачисления детей в СШ:
    - 1) этап начальной подготовки с учётом ФССП
  - 3.10. Минимальный возраст зачисления на тренировочный этап с учётом ФССП
  - 3.11. Элементарной структурной единицей СШ является группа занимающихся.
  - 3.12. Занятия осуществляются в соответствии с расписанием, программами физкультурно-спортивной направленности: «Физическая подготовка».
  - 3.13. Занятия по дополнительным предпрофессиональным программам осуществляются в соответствии с федеральными государственными требованиями с учётом ФССП по группам видов спорта.
  - 3.10. Продолжительность воспитания по дополнительным предпрофессиональным программам избранного вида спорта на этапе начальной подготовки – 3 года (периоды: до одного года, свыше одного года).
  - 3.11. Продолжительность воспитания по дополнительным предпрофессиональным программам избранного вида спорта на тренировочном этапе (этап спортивной специализации) (периоды: начальной специализации и углублённой специализации).
  - 3.12. **Основные формы тренировочной работы:**
    - групповые тренировочные и теоретические занятия;
    - тренировка по индивидуальному плану;
    - участие в показательных выступлениях, матчевых встречах, тренировочных сборах, соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях различного уровня;
    - просмотр видеоматериалов с анализом выступлений;
    - инструкторская и судейская практика.
- Все формы воспитания применяются в соответствии с планами в течение календарного года, включая выходные и праздничные дни. Коллектив может определяться и другие формы и методы работы.

3.14. Нагрузка и режим занятий по программам определяется в соответствии с федеральными государственными требованиями с учётом федеральных стандартов спортивной подготовки в соответствующем виде спорта.

3.15. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах, академический час до 45 минут. При проведении занятий с детьми 5-

6-летнего возраста продолжительность академического часа может сокращаться до 35 минут.

- 3.16. Продолжительность занятий в рабочие дни – не более 3-х академических часов в день, в выходные и каникулярные дни не более 4 академических часов в день.  
После 30-45 минут теоретических занятий организовывать перерыв длительностью не менее 10 минут. В зависимости от особенностей ряда объединений занятия могут проходить без перерыва.
- 3.17. Особенности формирования групп и определения объёма недельной тренировочной нагрузки занимающихся с учётом этапов (периодов) подготовки (в академических часах):
- 1) этап начальной подготовки до одного года – 6 часов в неделю.
  - 2) этап начальной подготовки свыше одного года – 8 часов в неделю.
  - 3) тренировочный этап (этап спортивной специализации) начальной специализации – до 12 часов в неделю.
  - 4) тренировочный этап (этап спортивной специализации) углублённой специализации – до 18 часов в неделю.
- Наполняемость и объём тренировочной нагрузки на этапах начальной подготовки и тренировочном устанавливается с учётом ФССП по виду спорта.
- 3.18. Объём нагрузки на тренировочном занятии определяется тренером в соответствии с ФССП, месячным планом и учётом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объёма нагрузки на занятии в соответствии с физиологическими особенностями организма занимающихся. Месячный план составляется на основе содержания и объёмов, рекомендованных примерной программой и рабочей программой по данному виду спорта.
- 3.19. Режим занятий занимающихся устанавливается расписанием занятий, утверждаемым директором СШ по представлению тренеров с учетом пожеланий воспитанников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних воспитанников, возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм. Тренер не имеет право самостоятельно изменять расписание занятий.
- 3.20. Формой промежуточной аттестации для занимающихся, а также основанием для их перевода в группу следующего года воспитания являются контрольно-переводные испытания, которые проводятся в конце тренировочного года и включают в себя оценку теоретических знаний, технической и тактической подготовки занимающихся.
- 3.15. Режим занятий занимающихся в СШ:  
Занятия проводятся с 12.00 до 21.00., для занимающихся в возрасте 16-18 лет до 22.00 часов в две смены. Перерыв для уборки и проветривания помещений 30 минут.

- 3.15.2. Занятия проводятся в свободное от занятий в организациях время. Между началом занятия в СШ и окончанием занятия в организациях должен быть перерыв не менее 30 минут.
- 3.10.3. Занятие в группах начинается и заканчивается по расписанию.
- 3.10.4. Расписание занятий составляется в начале тренировочного года с учетом требований СанПиН, может корректироваться. Занятия в СШ проводятся ежедневно, включая выходные дни. Расписание занятий утверждается директором.
- 3.10.5. Изменения в расписании тренировочных занятий допускается по приказу директора в связи с производственной необходимостью (больничный лист, курсовая подготовка, участие в семинарах и мероприятиях и др.), в случаях объявления карантина, приостановления процесса в связи с понижением температурного режима.
- 3.10.6. Занятия в СШ могут проводиться на базах иных учреждений, при условии соблюдения требований к помещениям при организации воспитательного процесса. Постоянное проведение занятий на базе других учреждений проводится на основании договора, заключенного в установленном порядке.
- 3.10.7. Тренерам категорически запрещается оставлять занимающихся во время тренировочных занятий одних, во время проведения спортивно-массовых мероприятий.
- 3.10.8. Запрещается удаление занимающихся во время занятий, применение морального или физического воздействия на занимающихся.

#### **IV. Регламент проведения спортивно-массовых мероприятий**

- 4.1. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований, фестивалей, турниров по различным видам спорта, командирование команд и отдельных спортсменов на соревнования различного уровня.
- 4.2. Проведение спортивно-массовых мероприятий, походов, выездов с детьми для участия в соревнованиях за пределы СШ разрешается только после издания соответствующего приказа директором СШ на основании плана-календаря, положений о соревнованиях.
- 4.3. Проведение спортивно-массовых мероприятий разрешается только в присутствии медицинского работника.  
К соревнованиям допускаются занимающиеся, имеющие медицинский доступ.
- 4.4. Выезд занимающихся на областные соревнования допускается с письменного разрешения родителей (законных представителей).

#### **V. Занятость обучающихся в период каникул**

- 5.1. СШ организует работу с занимающимися в течение всего календарного года. В период школьных каникул СШ переходит на особый график работы, утверждаемый директором.

- 5.2. В летнее каникулярное время СШ организует походы, соревнования, спортивно-оздоровительный лагерь с дневным пребыванием, выезд занимающихся в загородные оздоровительные лагеря.
- 5.2 Организация каникулярной занятости занимающихся регламентируется приказом директора СШ.
- 5.3. При привлечении занимающихся на ступенях основного общего и среднего общего образования к трудовой деятельности режим дня должен организовываться в соответствии с санитарными правилами по содержанию и организации работы лагерей труда и отдыха и гигиенических критериев допустимых условий и видов работ для профессионального обучения и труда подростков.
- 5.4. В каникулярное время учреждение может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить тренировочные сборы. Занимающиеся тренировочного этапа могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения тренировочных занятий, в количестве не менее 8-ми занимающихся на каждого тренера, с условием, что выезд организует сам тренер.
- 5.5. Иные особенности режима занятий занимающихся в СШ устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.