

ПРИНЯТО:  
Решением тренерско-  
педагогического совета  
протокол № 2 от 20.04.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор \_\_ О.К.Сергеева \_\_\_\_\_  
Приказ № 7\_ от 28.04.2023

**П О Л О Ж Е Н И Е**  
**о режиме занятий обучающихся, их возрастных категорий и**  
**продолжительности учебно-тренировочных занятий**  
**МКУДО «СШОР №11»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации, приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», приказом Министерства образования и науки РФ от 22 декабря 2014 № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре», Трудовым кодексом Российской Федерации, федеральными стандартами спортивной подготовки, Уставом учреждения.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся, их возрастные категории, а также продолжительность учебно-тренировочных занятий и рабочее время тренера-преподавателя при прохождении спортивной подготовки в МКУДО «СШОР №11» (далее – Учреждение).

**2. Режим и продолжительность учебно-тренировочных занятий**

2.1. Учебно-тренировочный год в Учреждении начинается 1 января. Занятия в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки первого года обучения, формируемых в начале учебно-тренировочного года, начинаются по мере комплектования, но не позднее 1 февраля.

2.2. В Учреждении используется следующая система организации учебно-тренировочного процесса:

- реализация дополнительных общеразвивающих программ – 42 недели;

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

2.3. Спортивная подготовка в Учреждении осуществляется в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта, разработанной на основании требований федеральных стандартов спортивной подготовки и примерной дополнительной программой спортивной подготовки по виду спорта.

2.4. Спортивная подготовка носит комплексный характер и осуществляется в следующих формах:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- учебно-тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль;
- система спортивного отбора и спортивной ориентации.

2.5. Норма часов учебной (преподавательской) работы тренера-преподавателя устанавливается в астрономических часах, включая короткие перерывы (перемены), динамическую паузу. Тренер-преподаватель между учебно-тренировочными занятиями выполняет виды работ по технике безопасности, консультационную, воспитательную и подготовительную к занятиям:

- индивидуальная подгонка инвентаря в зависимости от возрастных и гендерных особенностей обучающихся;
- контроль техники безопасности перед проведением учебно-тренировочных занятий и соревнований;
- индивидуальный разбор тренировочных моментов с воспитанниками после тренировки;
- психологические и воспитательные беседы с воспитанниками;
- консультация и воспитательные беседы с родителями обучающихся.

2.6. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению тренерско-преподавательского состава в целях установления оптимального и наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в образовательных и других учреждениях, с учетом возрастных особенностей обучающихся.

2.7. При составлении расписания продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рассчитывается с учетом возрастных особенностей обучающихся и этапа спортивной подготовки, согласно норм федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта.

2.8. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки рассчитывается в астрономических часах (60 минут) и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе - 1 час;

- на этапе начальной подготовки - 2 часа ;
- на учебно-тренировочном этапе - 3 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.

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

2.10. При реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки Учреждение объединяет (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском.

2.11. Учреждение проводит (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп 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.

2.12. Участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях спортсменов, осуществляется в соответствии с планом физкультурных и спортивных мероприятий организации, формируемым на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий Саратовской области, календарных планов физкультурных и спортивных мероприятий муниципальных образований.

План физкультурных и спортивных мероприятий Учреждения утверждается приказом директора Учреждения.

2.13. На время отсутствия тренера-преподавателя в течение срока действия трудового договора на рабочем месте в связи с проездом к месту расположения спортивной сборной команды Российской Федерации и обратно, а также в связи с участием в спортивных мероприятиях в составе указанной команды за тренером-преподавателем сохраняются место работы (должность) и средний заработок.

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

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

2.16. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом

директора Учреждения в соответствии с нормативно-правовыми документами региона.

### **3. Возрастные категории обучающихся спортивной школы**

3.1. На спортивно-оздоровительном этапе возрастные категории обучающихся определяются дополнительной общеразвивающей программой.

3.2. Учреждение осуществляет набор детей раннего возраста (согласно федеральному стандарту) 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 дополнительной общеразвивающей программы, в которой изложена методика физического воспитания детей раннего возраста;

наличии у тренера, привлечённого к работе с детьми раннего возраста, специальных курсов повышения квалификации.

3.3. Возрастные категории обучающихся определяются дополнительной образовательной программой спортивной подготовки, на основании федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта «прыжки в воду» и составляют:

<i>№</i>	<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Тренировочный этап</i>	<i>Этап ССМ</i>	<i>Этап ВСМ</i>
1	Прыжки в воду	7	8	11	13