

Принято
на Педагогическом совете
Протокол № 1_25.08.2023г.



Утверждаю
Директор МБУ ДО «Спортивная
школа»
В.А. Фастов
приказ № 175 от 28.08.2023г.

Режим занятий учащихся в МБУ ДО «Спортивная школа»

1. Режим занятий учащихся разработан в соответствии с Федеральным Законом «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ, Федеральным законом от 04.12.2007г № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Уставом МБУ ДО «Спортивная школа».

2. Режим занятий учащихся в МБУ ДО «Спортивная школа» (далее - учреждение) устанавливается расписанием учебно-тренировочных занятий. Расписание учебно-тренировочных занятий утверждает директор учреждения по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима учебно-тренировочного процесса, отдыха детей, обучения их в образовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей и установленных санитарно-гигиенических норм.

Перенос занятий или временное изменение их производится только с согласия администрации и оформляется документально (приказом директора учреждения) на основании заявления тренера-преподавателя.

3. Рекомендуемый минимальный возраст зачисления детей в спортивную школу по видам спорта определяется дополнительными общеобразовательными программами в области физической культуры и спорта (дополнительными общеразвивающими программами в области физической культуры (в т.ч. разноуровневыми) и спорта и дополнительными образовательными программами спортивной подготовки), федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта.

Рекомендуемый максимальный возраст обучающихся:

- по дополнительным общеразвивающим программам (ознакомительный уровень) – 17 лет;
- по дополнительным общеразвивающим программам (разноуровневым) – 18 лет;
- по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки – допускается дальнейшее прохождение спортивной подготовки лиц старше 18 лет, если их спортивные достижения стабильны и соответствуют этапу совершенствования спортивного мастерства по виду спорта.

4. Занятия в учреждении могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

5. Занятия для несовершеннолетних учащихся в учреждении начинаются не ранее 8.00. Окончание занятий должно быть не позднее 20.00. Для учащихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 ч.

6. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия:

6.1. по дополнительным общеразвивающим программам: спортивно-оздоровительный этап (ознакомительный уровень) не должно превышать 2 академических часов;

6.2. по дополнительным общеразвивающим программам (разноуровневым):

Базовый этап подготовки до года – одно занятие не должно превышать 2 академических часов;

Базовый этап подготовки свыше года - допускается максимальная продолжительность занятия в выходные дни - 3 академических часа;

Углубленный уровень подготовки до 2-х лет - 3 академических часа при 4-разовых тренировочных занятиях в неделю.

Углубленный уровень подготовки свыше 2-х лет - 3 академических часа при 6-разовых тренировочных занятиях в неделю.

Академический час – 45 минут. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха учащихся и проветривания помещений

6.3. по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки продолжительность одного учебно-тренировочного занятия устанавливается в часах (1 час – 60 минут) и не должна превышать:

На этапе начальной подготовки – 2 часов;

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – 3 часов;

На этапе совершенствования спортивного мастерства – 4 часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

7. Иные особенности режима занятий обучающихся в учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.