

УТВЕРЖДЕНО
приказом Директора
МБУ ДО «СШ «Олимп»
от «07» июня 2023 г. № 44-т

**Положение о режиме занятия обучающихся
в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная
школа «Олимп» городского округа Фрязино Московской области»**

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБУ ДО «СШ «Олимп» (далее - Школа) разработан 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»;
- СП 2.4.3648-20 «санитарно-эпидемиологические требования к условиям детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;
- САНПИН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществление образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по развиваемым видам спорта: бокс, дзюдо, волейбол, лыжные гонки, плавание, плавание ПОДА, спортивное ориентирование, спортивная гимнастика, триатлон, тхэквондо, футбол

1.2. Основные дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по развиваемым видам спорта (далее – Программа) реализуются в Школе в соответствии с утвержденным расписанием занятий для каждого отделения Школы.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации учебно-тренировочного и соревновательного процессов в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в Школе начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря, в соответствии с учебным планом Программы.

2.2. Учебный год составляют учебные периоды: подготовительный, соревновательный, переходный. Количество учебных периодов в учебном году – три.

2.3. Продолжительность учебного периода для обучающихся составляет 52 недели.

2.4. Продолжительность каникул составляет не менее 30 дней во время переходного периода.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения контрольно-переводных нормативов, а также тренировочной и соревновательной деятельности и плановых перерывов при получении дополнительного образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) устанавливается в календарном учебном плане Школы.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в Школе ведется в соответствии с этапом и годом спортивной подготовки.

3.2. Минимальная продолжительность одного тренировочного занятия составляет 60 минут (астрономических) и не должна превышать:

- на начальном этапе подготовки - двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех часов;

3.3. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более 8 часов (на этапах УТ-3- ССМ).

3.4. Учебно-тренировочные занятия в Школе проводятся с 08:00 до 20:00 часов, для обучающихся в возрасте 16-18 лет до 21:00 часа.

3.5. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию учебно-тренировочных занятий.

4. Особенности образовательного процесса

4.1. При проведении учебно-тренировочных занятий возможно деление обучающихся на группы.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуются облегченные учебно-тренировочные занятия.

4.3. При угрозе возникновения и (или) возникновения отдельных чрезвычайных ситуаций, введение повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на территории Российской Федерации либо на ее части реализация Программы осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий вне зависимости от ограничений, предусмотренных в федеральных образовательных стандартах, если реализация Программы без применения указанных технологий и перенос сроков обучения невозможны.

4.4. На основании годового учебно-тренировочного плана спортивной подготовки, утверждается план учебно-тренировочного процесса и расписание учебно-тренировочных занятий для каждой группы.

5. Особенности организации образовательного процесса при дистанционном формате

5.1. При проведении дистанционных занятий соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

5.2. Для образовательных целей желательно не использовать мобильные средства связи.

5.3. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий составляется с учетом дневной и недельной динамики физической работоспособности обучающихся и трудности учебно-тренировочных занятий.

6. Проведение контрольно-переводных нормативов

6.1. Порядок проведения контрольно-переводных нормативов определяется соответствующими локальными актами Школы.

7. Проведение учебно-тренировочных сборов и спортивных соревнований

7.1. Сроки проведения тренировочных сборов и спортивных соревнований устанавливаются ежегодным календарным планом физкультурных мероприятий, спортивных и массовых спортивно-зрелищных мероприятий, утвержденных МБУ ДО «СШ «Олимп» .

7.2. Продолжительность тренировочных сборов определяется в зависимости от уровня подготовленности обучающихся в соответствии с перечнем учебно-тренировочных мероприятий Программы по развиваемым видам спорта в Школе.