

# МИНИСТЕРСТВО СПОРТА АЛТАЙСКОГО КРАЯ

краевое государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа «Жемчужина Алтай»  
(КГБУ ДО «СШ «Жемчужина Алтай»)

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
протокол от 31.05.2023 г. №01/23

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора  
от 31.05.2023г. № 22

## ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ В КГБУ ДО «СШ «Жемчужина Алтай»

### І. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) краевого государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Жемчужина Алтай» (далее – Учреждение) является локальным нормативным документом, регламентирующим порядок, сроки начала и окончания, продолжительность учебного года (спортивного сезона), учебной недели, учебного дня, периодичность и продолжительность учебно-тренировочных занятий обучающихся.

1.2. Настоящее положение разработано в соответствии с нормативными документами:

- ст.30 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» в ред. от 29.12.2022 г.;

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28;

- Постановление 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»;

- приказ Министерства спорта РФ от 03.08.2022 №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

- письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Устав Учреждения.

1.3. Настоящее положение устанавливает режим занятий обучающихся в Учреждении. Режим занятий обучающихся действует в течение учебного года (спортивного сезона). Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора Учреждения.

1.4. Настоящее положение регламентирует работу Учреждения в период организации образовательного (учебно-тренировочного) процесса, каникул, летнего отдыха и оздоровления.

1.5. Настоящее положение разработано с целью обеспечения конституционных прав обучающихся на образование и здоровьесбережение, а также упорядочения образовательного (учебно-тренировочного) процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами.

## **II. Режим занятий обучающихся (учебно-тренировочного процесса)**

2.1. Образовательный (учебно-тренировочный) процесс организуется в соответствии с дополнительной общеразвивающей программой в области физической культуры и спорта и дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине).

2.2. Организация образовательного (учебно-тренировочного) процесса регламентируется:

- планом-графиком учебно-тренировочных занятий;
- учебным планом Программы;
- расписанием учебно-тренировочных занятий;
- годовым планом физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;
- индивидуальными планами учебно-тренировочного процесса (на этапах совершенствования и высшего спортивного мастерства);
- календарным планом воспитательной работы;
- планом мероприятий, направленным на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;
- планом инструкторской и судейской практики.

2.3. Учебный год в Учреждении начинается с 1 января, рассчитан на 52 недели при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине), на 46 недель - при реализации дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта (физкультурно-спортивной направленности).

Окончание учебного года по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта (спортивной дисциплине) – 31 декабря.

Окончание учебного года по дополнительной общеразвивающей программе в области физической культуры и спорта (физкультурно-спортивной направленности) определяется календарным учебным графиком.

2.4. На обучение по дополнительным общеразвивающим программам принимаются желающие дети, подростки, молодежь, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям спортом, по личному желанию и (или) заявлению родителей несовершеннолетнего (законного представителя), при выполнении контрольно-тестовых нормативов по ОФП; начиная с 5-6 лет по виду спорта

«спортивная аэробика», с 4-5 лет - по виду спорта «Художественная гимнастика».

Для обучения по дополнительным образовательным программам на этапах спортивной подготовки, лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «спортивная аэробика»:

- этап начальной подготовки – 7 лет;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 9 лет;
- этап совершенствования спортивного мастерства – 14 лет;
- этап высшего спортивного мастерства – 15 лет.

Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» девочки:

- этап начальной подготовки – 6 лет;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 8 лет;
- этап совершенствования спортивного мастерства – 12 лет;
- этап высшего спортивного мастерства – 14 лет.

Согласно Федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» мальчики:

- этап начальной подготовки – 6 лет;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 8 лет;
- этап совершенствования спортивного мастерства – 13 лет;
- этап высшего спортивного мастерства – 15 лет.

2.5. Максимальный возраст обучающихся в Учреждении не ограничен при отсутствии медицинских противопоказаний, если обучающийся показывает стабильные и высокие спортивные результаты на официальных спортивных соревнованиях и имеет положительную динамику спортивного совершенствования.

2.6. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным приказом директора Учреждения.

Для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся расписание учебно-тренировочных занятий составляется и работников по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся.

В расписании учебно-тренировочных занятий указывается еженедельный график проведения занятий по группам подготовки.

На этапе начальной подготовки, учебно-тренировочном этапе, группах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства продолжительность учебно-тренировочного процесса, в том числе переходного периода (каникул) определяется с учетом прохождения главных, основных, отборочных, подводящих, контрольных спортивных соревнований и планами учебно-тренировочных занятий на год и (или) месяц.

2.7. Продолжительность учебно-тренировочной недели – 6 дней. Согласно документам планирования.

2.7. Регламентирование образовательного (учебно-тренировочного) процесса на день:

2.7.1. Учебно-тренировочные занятия организуются согласно утвержденному расписанию. Занятия могут проходить в любой день недели, включая воскресенье. В целях выполнения планов учебно-тренировочного процесса на этапах начальной подготовки, учебно-тренировочном этапе, индивидуальных планов на этапах совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства учебно-тренировочные занятия могут проводиться в праздничные дни.

2.7.2. Начало занятий преимущественно с 8.00 часов утра; окончание занятий:

для обучающихся в возрасте до 7 лет не позднее 19.30;

для обучающихся в возрасте 7-10 лет не позднее 20.00;

для обучающихся в возрасте 10-18 лет не позднее 21.00;

для обучающихся свыше 18 лет не позднее 22.00.

2.7.3. При составлении расписания учебно-тренировочных занятий продолжительность одного занятия рассчитывается в академических часах исходя из недельного объема учебно-тренировочной нагрузки. Продолжительность академического часа устанавливается:

для обучающихся в возрасте 5-6 лет - 25 минут;

для обучающихся в возрасте 6-7 лет – 30 минут;

для обучающихся в возрасте 7-8 лет – 35-40 минут;

для обучающихся в возрасте 8 лет и старше – 45 минут.

Максимальная продолжительность учебно-тренировочных занятий в зависимости от возрастных особенностей составляет:

- на спортивно-оздоровительном этапе (стартовый уровень) - два часа;

- на этапе начальной подготовки – два часа;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – три часа;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четыре часа;

- на этапе высшего спортивного мастерства – четыре часа.

В каникулярное время продолжительность учебно-тренировочных занятий может быть увеличена в соответствии с учебно-тренировочным планом и задачами учебно-тренировочного процесса.

Число занятий в день в группах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства определяются тренером-преподавателем в соответствии с индивидуальным планом учебно-тренировочного процесса.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна превышать двукратного объема от установленной нормы.

2.7.4. Организационные моменты до и по завершении учебно-тренировочного занятия входят в общий объем времени учебно-тренировочного занятия, рассчитываемого из 60 минут.

2.7.5. Проведение учебно-тренировочных занятий на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей

метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха).

В дождливые, ветреные и морозные дни учебно-тренировочные занятия должны проводиться в помещении.

2.8. Необходимые изменения расписания занятий оформляются приказом директора Учреждения. Самовольные изменения расписания тренерами-преподавателями не допускаются. Изменения в расписание могут вноситься в случаях:

- изменения смены учебных занятий в общеобразовательных учреждениях;
- наступления каникулярных периодов;
- подготовка к главным, основным, отборочным спортивным соревнованиям.

Учебно-тренировочные занятия приостанавливаются по приказу директора Учреждения:

- в период объявления карантинных;
- в связи с низким/высоким температурным режимом;
- другими чрезвычайными обстоятельствами.

2.9. Обучающиеся должны приходиться на занятия в установленное время.

### **III. Режим занятий обучающихся в период каникул в общеобразовательных учреждениях и период летнего отдыха и оздоровления**

3.1. Организация учебно-тренировочного процесса, спортивно-массовых мероприятий в каникулярный период и период летнего отдыха и оздоровления регламентируется приказом директора Учреждения.

3.2. Учебно-тренировочные занятия проводятся по утвержденному расписанию, которое может изменяться в зависимости от учебно-тренировочного плана и задач спортивной подготовки.

3.3. В период каникул в общеобразовательных учреждениях и период летнего отдыха и оздоровления Учреждением с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей проводятся спортивно-массовые мероприятия, экскурсии, походы, учебно-тренировочные мероприятия (сборы).

3.4. Проведение экскурсий, походов, спортивно-массовых мероприятий, учебно-тренировочных мероприятий (сборов) регулируется приказом директора Учреждения, инструкциями, правилами, регламентами мероприятий.

### **IV. Ведение документации**

4.1. Изменения в расписании учебно-тренировочных занятий в течение учебно-тренировочного года регулируются заместителем директора по спортивной подготовке и утверждаются приказом директора Учреждения.

4.2. Все изменения в расписании работы группы (объединения) фиксируются тренером-преподавателем в журнале учета групповой работы и в индивидуальном плане учебно-тренировочного процесса для этапов ССМ и ВСМ.

4.3. Посещение учебно-тренировочных занятий обучающимися фиксируются в журнале учета групповых занятий.

4.4. Участие обучающимися в спортивных соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях фиксируется в журнале учета групповых занятий, в индивидуальном плане учебно-тренировочного процесса для этапов ССМ и ВСМ.

## **V. Заключительные положения**

5.1. Тренерам-преподавателям запрещается:

- вести прием родителей во время учебно-тренировочных занятий;
- оставлять обучающихся во время учебно-тренировочного процесса в спортивном зале, на стадионе, во время проведения массовых мероприятий без надзора;
- отпускать обучающихся с учебно-тренировочного занятия раньше времени окончания занятия без согласования с родителями (законными представителями) и администрацией Учреждения;
- применять моральное или физическое воздействие к обучающимся.

5.2. Тренер-преподаватель по окончании учебно-тренировочных занятий выводит обучающихся из спортивного зала в раздевалку и присутствует там до ухода из здания всех его обучающихся.

5.3. Действие Положения бессрочно (до изменения нормативно-правовых актов).

5.4. Изменения и дополнения в настоящее Положение, а также его новая редакция принимаются Педагогическим советом с учетом мнения Совета родителей (законных представителей) в соответствии с Уставом Учреждения.