

СОГЛАСОВАНО

на заседании Педагогического Совета
28.08.2023, протокол № 1

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор ОГКУ ДО «СШОР
по спортивной борьбе им.

А.И. Винника»

А.И. Криков

«28» августа 2023 год



ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся в областном государственном казённом учреждении дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва по спортивной борьбе им. А.И. Винника»

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в областном государственном казённом учреждении дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва по спортивной борьбе им. А.И. Винника» (далее – 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 спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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», Уставом областного государственного казённого учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва по спортивной борьбе им. А.И. Винника» (далее - Учреждение).

1.2. Положение регламентирует режим занятий обучающихся по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба» (далее - программа) с учетом особенностей организации непрерывного учебно-тренировочного процесса.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Учебно-тренировочный год в Учреждении определяется с учётом сроков проведения физкультурных и спортивных мероприятий. Учебно-тренировочный год начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа.

2.2. Длительность учебно-тренировочного года составляет 52 недели.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Учреждение реализует программу в течение всего календарного года, включая каникулярное время:

46 недель образовательный процесс осуществляется непосредственно в условиях Учреждения;

6 недель (время периода отпусков тренерско-преподавательского состава) в форме самостоятельных занятий по индивидуальным планам спортивной подготовки, в том числе в условиях спортивно-оздоровительных лагерей.

2.3. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объём учебно-тренировочной нагрузки определяется программой, разработанной с учётом федерального стандарта и примерной дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба».

2.4. Учебно-тренировочный процесс проводится Учреждением в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки.

Продолжительность самостоятельной подготовки составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения.

2.5. Продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объёма соревновательной деятельности в пределах шестидневной рабочей недели (один выходной день).

В нерабочие и праздничные дни, установленные нормативными правовыми актами Российской Федерации и Ульяновской области, образовательная деятельность в Учреждении не осуществляется.

2.6. При комплектовании учебно-тренировочных групп Учреждение:

формирует учебно-тренировочные группы по виду спорта и этапам спортивной подготовки;

учитывает возможность перевода обучающихся из других Организаций;

определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учётом федерального стандарта спортивной подготовки.

Допускается (при необходимости) объединение на временной основе учебно-тренировочных групп для проведения занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные

мероприятия, его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском.

Допускается (при необходимости) проведение учебно-тренировочных занятий 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;

не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

3. Режим занятий

Расписание учебно-тренировочных занятий в Учреждении составляется по представлению тренера-преподавателя с учётом требований программы и в целях благоприятного режима тренировок и отдыха занимающихся.

Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 8:00 часов утра и заканчиваются не позднее:

15:30 – для обучающихся в возрасте от 7 до 11 лет;

17:30 – для обучающихся в возрасте от 12 до 14 лет;

21:00 – для обучающихся в возрасте от 15 лет и старше;

Обучающиеся должны приходить на занятия не позднее, чем за 10-15 минут до их начала.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации программы устанавливается в астрономических часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;

на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

Объем недельной учебно-тренировочной нагрузки обучающихся по этапам подготовки в соответствии с программой составляет:

начальной подготовки 1 года обучения - 6 часов;

начальной подготовки 2 и 3 года обучения - 8 часов;

учебно-тренировочном 1,2,3 года обучения – 10 часов;

учебно-тренировочном 4 года обучения – 12 часов;
совершенствования спортивного мастерства – 24 часа;
высшего спортивного мастерства – 28 часов.

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

Работа по индивидуальным учебным планам спортивной подготовки на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства осуществляется в обязательном порядке.

Работа по индивидуальным учебным планам спортивной подготовки на этапах начальной подготовки и учебно - тренировочном может осуществляться в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

Расписание учебно-тренировочных занятий может регулироваться и меняться в связи с загруженностью спортивного зала.

4. Заключительные положения

4.1. В Положение могут вноситься изменения и (или) дополнения, вызванные изменением законодательства и вступлением в действие новых нормативных правовых актов. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в положение, оформляются в письменной форме в установленном порядке.
