

Рассмотрено и рекомендовано к утверждению на заседании педагогического совета от 06.06.2023 протокол № 4

Утверждено ВрИО директора МАУ ДО «Спортивная школа № 5»  
Е.В. Чижикова  
Приказ от 29.06.2023 № 151

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о режиме занятий учащихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа № 5», количестве учащихся в группах и их возрастных категориях**

#### **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий учащихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва № 3» (далее – Положение) разработано в соответствии с частью 2 статьи 30 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»» (далее – СП 2.4.3648-20), приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки.

1.2. Положение регламентирует режим занятий учащихся, количество учащихся в группе, их возрастные категории в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа № 5» (далее – Учреждение).

1.3. Цель настоящего Положения – обеспечение прав учащихся на дополнительное образование и здоровьесбережение, упорядочение образовательного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами.

#### **2. Режим образовательной деятельности**

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня. Занятия в группах первого года обучения, формируемых в начале учебного года, начинаются по мере комплектования, но не позднее 15 октября.

2.2. Учреждение реализует дополнительные образовательные программы (спортивной подготовки) в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.3. Продолжительность учебного года по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки составляет 52 недели, в том числе 46 недель непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель в условиях оздоровительного лагеря и (или) самостоятельной работы учащихся. Самостоятельная подготовка может составлять не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом.

Продолжительность учебного года по дополнительным общеразвивающим программам физкультурно-спортивной направленности составляет 36 недель непосредственно в условиях Учреждения в соответствии с учебным планом.

2.4. Учебная нагрузка и режим занятий учащихся определяются Учреждением в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

2.5. Календарный учебный график ежегодно утверждается приказом Учреждения.

2.6. Учебные занятия проводятся в соответствии с утвержденным расписанием с понедельника по воскресенье. Изменение расписания занятий возможно только на основании приказа Учреждения или в случае производственной необходимости.

2.7. Занятия начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00. Для учащихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов. В период праздничных дней осуществляется самостоятельная работа по плану.

2.8. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на тренировочном этапе (этап спортивной подготовки) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов.
- на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

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

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

2.11. Промежуточная аттестация учащихся для перевода на следующий этап (период) обучения проводится ежегодно в конце учебного года с 10 по 31 мая.

2.12. Повторная промежуточная аттестация для ликвидации академической задолженности проводится с 12 по 31 августа текущего года.

2.13. Мероприятия, проводимые учреждением, осуществляются на основании календарного плана спортивно-массовых мероприятий, который утверждается приказом Учреждения.

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

2.15. Организация летней оздоровительной кампании является продолжением учебно-тренировочного процесса – Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях и проводит учебно-тренировочные мероприятия.

2.16. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом Учреждения в соответствии с нормативно-правовыми документами региона в случаях объявления карантина и приостановлением образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха.

### 3. Количество учащихся в группе, их возрастные категория, объем учебной нагрузки

#### Бокс

| Этапы спортивной подготовки                   | Бокс            |                                    |                       |                    |
|---|-----------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
|   | Кол-во учащихся | Минимальный возраст для зачисления | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
| Спортивно-оздоровительный этап                | 15-20           | 7                                  | 4                     | 144                |
| Этап начальной подготовки - 1                 | 15-20           | 9                                  | 5                     | 260                |
| Этап начальной подготовки - 2                 | 14-20           |                                    | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 3                 | 12-20           |                                    | 8                     | 416                |
| Учебно-тренировочный этап – 1                 | 12-16           | 12                                 | 10                    | 520                |
| Учебно-тренировочный этап - 2                 | 12-16           |                                    | 12                    | 624                |
| Учебно-тренировочный этап - 3                 | 10-16           |                                    | 14                    | 728                |
| Учебно-тренировочный этап – 4                 | 9-16            |                                    | 16                    | 832                |
| Учебно-тренировочный этап - 5                 | 8-16            |                                    | 16                    | 832                |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 4-8             | 14                                 | 20                    | 1040               |

#### Дзюдо

| Этапы спортивной подготовки    | Дзюдо           |                                    |                       |                    |
|--------------------------------|-----------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
|                                | Кол-во учащихся | Минимальный возраст для зачисления | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
| Спортивно-оздоровительный этап | 15-20           | 7                                  | 4                     | 144                |
| Этап начальной подготовки - 1  | 15-20           | 7                                  | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 2  | 15-20           |                                    | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 3  | 12-20           |                                    | 8                     | 416                |
| Этап начальной подготовки - 4  | 12-20           |                                    | 8                     | 416                |
| Учебно-тренировочный этап – 1  | 8-12            | 11                                 | 10                    | 520                |
| Учебно-тренировочный этап - 2  | 8-12            |                                    | 10                    | 520                |

|   |      |    |    |      |
|---|------|----|----|------|
| Учебно-тренировочный этап - 3                 | 8-12 |    | 14 | 728  |
| Учебно-тренировочный этап – 4                 | 8-12 |    | 16 | 832  |
| Учебно-тренировочный этап - 5                 | 6-12 |    | 16 | 832  |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 4-8  | 14 | 20 | 1040 |

### Киокусинкай

| Этапы спортивной подготовки                   | Киокусинкай     |                                    |                       |                    |
|---|-----------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
|   | Кол-во учащихся | Минимальный возраст для зачисления | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
| Спортивно-оздоровительный этап                | 15-20           | 6                                  | 4                     | 144                |
| Этап начальной подготовки - 1                 | 15-24           | 6                                  | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 2                 | 15-24           |                                    | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 3                 | 15-24           |                                    | 8                     | 416                |
| Учебно-тренировочный этап – 1                 | 12-20           | 10                                 | 10                    | 520                |
| Учебно-тренировочный этап - 2                 | 12-20           |                                    | 10                    | 520                |
| Учебно-тренировочный этап - 3                 | 10-20           |                                    | 12                    | 624                |
| Учебно-тренировочный этап – 4                 | 10-20           |                                    | 12                    | 624                |
| Учебно-тренировочный этап - 5                 | 10-20           |                                    | 14                    | 728                |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 3-6             | 15                                 | 20                    | 1040               |

### Кудо

| Этапы спортивной подготовки                   | Кудо            |                                    |                       |                    |
|---|-----------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
|   | Кол-во учащихся | Минимальный возраст для зачисления | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
| Спортивно-оздоровительный этап                | 15-20           | 6                                  | 4                     | 144                |
| Этап начальной подготовки - 1                 | 15-24           | 6                                  | 5                     | 260                |
| Этап начальной подготовки - 2                 | 14-24           |                                    | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 3                 | 12-24           |                                    | 8                     | 416                |
| Учебно-тренировочный этап – 1                 | 10-20           | 10                                 | 8                     | 416                |
| Учебно-тренировочный этап - 2                 | 10-20           |                                    | 9                     | 468                |
| Учебно-тренировочный этап - 3                 | 10-20           |                                    | 10                    | 520                |
| Учебно-тренировочный этап – 4                 | 10-20           |                                    | 12                    | 624                |
| Учебно-тренировочный этап - 5                 | 10-20           |                                    | 14                    | 728                |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 3-6             | 15                                 | 16                    | 832                |

### Пулевая стрельба

| Этапы спортивной подготовки    | Пулевая стрельба |                                    |                       |                    |
|--------------------------------|------------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
|                                | Кол-во учащихся  | Минимальный возраст для зачисления | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
| Спортивно-оздоровительный этап | 15-20            | 7                                  | 4                     | 144                |
| Этап начальной подготовки - 1  | 12-16            | 9                                  | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 2  | 12-16            |                                    | 6                     | 312                |

|   |       |    |    |      |
|---|-------|----|----|------|
| Этап начальной подготовки - 3                 | 12-16 |    | 8  | 416  |
| Учебно-тренировочный этап – 1                 | 10-12 | 11 | 12 | 624  |
| Учебно-тренировочный этап - 2                 | 10-12 |    | 12 | 624  |
| Учебно-тренировочный этап - 3                 | 6-12  |    | 12 | 624  |
| Учебно-тренировочный этап – 4                 | 6-12  |    | 14 | 728  |
| Учебно-тренировочный этап - 5                 | 6-12  |    | 14 | 728  |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 2-4   | 13 | 20 | 1040 |

### Самбо

| Этапы спортивной подготовки                   | Самбо           |                                    |                       |                    |
|---|-----------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
|   | Кол-во учащихся | Минимальный возраст для зачисления | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
| Спортивно-оздоровительный этап                | 15-20           | 7                                  | 4                     | 144                |
| Этап начальной подготовки - 1                 | 15-20           | 10                                 | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 2                 | 15-20           |                                    | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 3                 | 12-20           |                                    | 8                     | 416                |
| Учебно-тренировочный этап – 1                 | 8-12            | 12                                 | 10                    | 520                |
| Учебно-тренировочный этап - 2                 | 8-12            |                                    | 10                    | 520                |
| Учебно-тренировочный этап - 3                 | 8-12            |                                    | 14                    | 728                |
| Учебно-тренировочный этап – 4                 | 8-12            |                                    | 16                    | 832                |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 4-8             | 14                                 | 20                    | 1040               |

### Шахматы

| Этапы спортивной подготовки                   | Шахматы         |                                    |                       |                    |
|---|-----------------|------------------------------------|-----------------------|--------------------|
|   | Кол-во учащихся | Минимальный возраст для зачисления | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год |
| Спортивно-оздоровительный этап                | 15-20           | 6                                  | 4                     | 144                |
| Этап начальной подготовки - 1                 | 15-20           | 6                                  | 6                     | 312                |
| Этап начальной подготовки - 2                 | 15-20           |                                    | 8                     | 416                |
| Учебно-тренировочный этап – 1                 | 10-12           | 8                                  | 12                    | 624                |
| Учебно-тренировочный этап - 2                 | 10-12           |                                    | 12                    | 624                |
| Учебно-тренировочный этап - 3                 | 8-12            |                                    | 12                    | 624                |
| Учебно-тренировочный этап – 4                 | 8-12            |                                    | 14                    | 728                |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 2-4             | 10                                 | 20                    | 1040               |

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с учащимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;

не превышена разница в уровне подготовки учащихся двух спортивных разрядов, в командных игровых видах спорта – трех спортивных разрядов; обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.