

«ПРИНЯТО»

Решением педагогического совета  
Протокол № 1 от 09.01.2023  
Заместитель директора по УСР

 Н.И. Левкина

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МБУ ДО СШ «Персей» г.Калуги  
Д.З.Сагдуллин

Приказ от "09" января 2023г. N 1-сп



## ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся МБУ ДО СШ «Персей» г.Калуги

1. Организация учебно-тренировочного процесса при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки регламентируется учебно-тренировочным планом-графиком (в часах), календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий, расписанием учебно-тренировочных занятий.
2. Спортивная школа организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Продолжительность учебно-тренировочного года по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки составляет 52 недели, начинается 01 сентября, заканчивается 31 августа.
3. Прохождение спортивной подготовки осуществляется на следующих этапах:
  - этап начальной подготовки;
  - учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации);
  - этап совершенствование спортивного мастерства;
  - этап высшего спортивного мастерства.
4. Учебно-тренировочные занятия регламентируются расписанием.
5. Учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки рассчитывается исходя из астрономического часа (60 минут).
6. 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 учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
  - на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;
  - на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.
7. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.
8. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые, индивидуальные учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные мероприятия, инструкторская и судейская практика обучающихся.
9. Продолжительность учебно-тренировочного года по дополнительным образовательным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта на спортивно-оздоровительном этапе - 44 недели, продолжительность занятий исчисляется в академических часах (45 минут).
10. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований и турниров по различным видам спорта.

11. В каникулярное время спортивная школа может открывать в установленном порядке спортивные площадки дневного пребывания, спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные мероприятия и сборы.

12. Учебно-тренировочные занятия обучающихся в период школьных каникул проводятся по расписанию (или по утвержденному временному расписанию), плану работы спортивной школы в форме досуговых мероприятий (спортивно-массовые мероприятия, экскурсии) и в форме самостоятельной подготовки по разработанным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса.