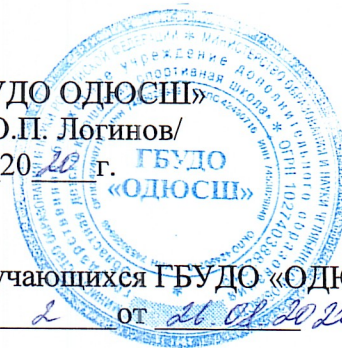


Рассмотрено
На Совете ГБУДО «ОДЮСШ»
от « 26 » 08 20 20 г.
Протокол № 3

Утверждаю:
Директор ГБУДО ОДЮСШ
Ю.П. Логинов
« 26 » 08 20 20 г.



Принято
На Совете родителей ГБУДО «ОДЮСШ»
Протокол № 2 от 26.08.2020

Принято
На Совете обучающихся ГБУДО «ОДЮСШ»
Протокол № 2 от 26.08.2020

Положение

о режиме и формах занятий обучающихся в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования

«Областная детско-юношеская спортивная школа»

1. Режим занятий учащихся в ГБУДО «ОДЮСШ», (далее - Учреждение) устанавливается расписанием, утверждаемым директором Учреждения по представлению тренеров-преподавателей с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных СанПиН 2.4.4 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», а также на основании приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
2. Учреждение реализует программы дополнительного образования детей и взрослых физкультурно-спортивной направленности в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября. Окончательное комплектование объединений и учебной нагрузки тренеров-преподавателей устанавливается на 1 октября. Продолжительность учебного года - 52 недели (46 недель учебно- тренировочных занятий в условиях Учреждения и 6 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, учебно-тренировочных сборах и индивидуальной подготовки).
3. Занятия в Учреждении могут проводиться по группам и индивидуально.
В целях массового обучения основам спортивной тренировки допускается работа с переменным составом учащихся только в группах спортивно - оздоровительного этапа и начальной подготовки первого года обучения.
4. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.
5. Занятия для несовершеннолетних учащихся в учреждении начинаются не ранее 8.00. Окончание занятий - не позднее 20.00, для обучающихся 16-18 лет до 21.00.
6. Продолжительность каждого учебно-тренировочного занятия определяется государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами и не может превышать:
 - на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки - 2 часа (2x45 минут);
 - на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)- 3 часа (3 по 45 минут, или 1x45, или 2x45);

- на этапе совершенствования спортивного мастерства - 4 часа (4 по 45 минут, или 2x45 и 2 по 45, или 1x45 и 3x45).

После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха учащихся и проветривания помещений. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах.

7. Объём нагрузки на учебно-тренировочном занятии определяется тренером-преподавателем в соответствии с месячным планом и учётом индивидуальных особенностей учащихся. Возможно изменение интенсивности и объёма нагрузки на занятии в соответствии с физиологическими особенностями организма учащихся. Месячный план составляется на основе содержания и объёмов, рекомендованных дополнительными образовательными программами.

Максимальный и минимальный количественный состав групп определяется в зависимости от этапа подготовки:

№	Этапы подготовки	Минимальная	Максимальная
1	Спортивно-оздоровительный	15	30
	Начальной подготовки		
	Первый год	14	25
	Второй год	12	20
	Третий год	12	20
3	Тренировочный		
	Первый год	10	20
	Второй год	10	20
	Третий год	10	18
	Четвертый год	10	18
	Пятый год	10	18
4	Совершенствование спортивного мастерства		
	Первый год	10	14
	Второй год	10	12

8. В каникулярное время учреждение может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы. Обучающиеся тренировочных групп и групп совершенствования спортивного мастерства могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения учебно-тренировочных занятий, в количестве не менее 8-ми обучающихся на каждого тренера-преподавателя, с условием, что выезд организует сам тренер-преподаватель.

9. Иные особенности режима занятий учащихся в учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

10. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, индивидуальные учебно-тренировочные занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в

в матчевых встречах, соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика обучающихся. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований, фестивалей, турниров по различным видам спорта, командирование команд и отдельных спортсменов на соревнования различного уровня.