

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Спортивная школа № 1»

Принято:  
Педагогическим советом  
Протокол №1  
от 02.09.2024г.

Согласовано:  
Советом обучающихся  
Протокол №1  
от 02.09.2024г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУДО «СШ № 1»

В.Д. Трубицын  
Приказ № 106 от 03.09.2024г

Согласовано:  
Советом родителей  
Протокол №1  
от 02.09.2024г.

**Режим занятий обучающихся  
в Муниципальном бюджетном учреждении  
дополнительного образования  
«Спортивная школа № 1»**

## 1. Общие положения

1.1. Режим занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа № 1» (далее соответственно – Учреждение, Режим) 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»;
- Федеральным законом от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629;
- Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденными приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;
- Уставом Учреждения.

1.2. Режим разработан в целях регламентирования образовательной деятельности и учебно-тренировочного процесса в соответствии с действующим законодательством и иными нормативно-правовыми документами и определяет порядок организации образовательного процесса в Учреждении в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.3. Организация образовательного процесса в Учреждении регламентируется Уставом Учреждения, настоящим Режимом и иными локальными нормативными актами Учреждения, в том числе дополнительными общеобразовательными программами.

1.4. Режим принят с учетом мнения Совета обучающихся (протокол от 02 сентября 2024г. г. №1), Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Учреждения (протокол от 02 сентября 2024г. г. №1).

## **2. Режим образовательного процесса**

2.1. Учреждение организует освоение обучающимися дополнительных общеобразовательных программ: дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта (дисциплинам) и дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности (далее – Программа) в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.2. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября.

2.3. Учебный год заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком, годовым учебно-тренировочным планом, соответствующими общеобразовательной программе.

2.4. Продолжительность учебного года по общеобразовательным программам составляет:

– по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта - 52 недели. Из них: 46 недель учебно-тренировочных занятий и 6 недель - в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) самостоятельная работа, работа по индивидуальным планам обучающихся на период и активного отдыха;

- по общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «легкая атлетика» – 52 недели: 46 недель учебно-тренировочных занятий и 6 недель - каникулярное время (летний период).

- по общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «спортивная гимнастика» – 43 недели учебно-тренировочных занятий.

2.4. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется в соответствии с Программами, принятыми в соответствии с порядком, установленным Уставом Учреждения.

2.5. Учреждение работает по шестидневной рабочей неделе.

## **3. Режим занятий**

3.1. Режим работы Учреждения по реализации Программ устанавливается: с 8.00 до 20.00, согласно утвержденному расписанию учебно-тренировочных занятий. Для обучающихся в возрасте до 7 лет занятия заканчиваются не позднее 19.30. Для обучающихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 час.

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

3.3. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при

реализации Программ устанавливается:

3.3.1 Для дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности в академических часах и не превышает:

- на спортивно-оздоровительном этапе - двух часов;

3.3.2. Для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в астрономических часах и не превышает:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;

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

- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов.

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

3.4. В Учреждении устанавливается следующий режим занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «легкая атлетика» – 4,5 часа в неделю;

3.5. В Учреждении устанавливается следующий режим занятий по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки:

3.5.1. по виду спорта «баскетбол»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 8 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 12 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства до года обучения – 16 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства свыше года обучения – 20 часов в неделю.

3.5.2. по виду спорта «бокс»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 1-го года обучения – 10 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 2-го, 3-го годов обучения – 12 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 16 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства (весь период) – 20 часов в неделю.

3.5.3. по виду спорта «волейбол»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 4-го года обучения – 12 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 5-го года обучения – 16 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства (весь период) – 18 часов в неделю.

3.5.4. по виду спорта «киокусинкай»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 8 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 12 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства (весь период) – 16 часов в неделю.

3.5.5. по виду спорта «легкая атлетика»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до двух лет обучения – 9 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше двух лет обучения – 12 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства (весь период) – 18 часов в неделю.

3.5.6. по виду спорта «настольный теннис»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю.

неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 12 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 16 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства (весь период) – 20 часов в неделю.

### 3.5.7. по виду спорта «плавание»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до двух лет обучения – 10 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 3-го года обучения – 12 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 4-го года обучения – 14 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 5-го года обучения – 16 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства (весь период) – 20 часов в неделю.

### 3.5.8. по виду спорта «спортивная гимнастика»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 6 часов в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 1-го года обучения – 10 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 2-го, 3-го года обучения – 12 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 14 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства до года обучения – 18 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства свыше года обучения – 20 часов в неделю.

### 3.5.9. по виду спорта «шахматы»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часа в неделю;

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до двух лет обучения – 9 часов в неделю;

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше двух лет обучения – 12 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства до года обучения – 18 часов в неделю;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства свыше года обучения – 20 часов в неделю.

#### **4. Заключительные положения**

4.1. Режим является локальным нормативным актом Учреждения, принят в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, вступает в силу с даты его утверждения приказом директора Учреждения и действует бессрочно.

4.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящий Режим, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения Совета обучающихся, Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, представительных органов обучающихся (при наличии) в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, и вступают в силу с даты утверждения директором Учреждения.

4.3. После принятия Режима в новой редакции (или изменений и дополнений в Режим) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

4.4. Режим подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего установленные им нормы.

4.5. Режим подлежит размещению на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».