

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Ока» городского округа Ступино Московской области**

Утверждено
приказом МБУДО СШ «Ока»
от 02.02.2026г. № 38-ос

**ПОЛОЖЕНИЕ
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования
«Спортивная школа «Ока» городского округа Ступино Московской области

Ступино, 2026г.

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Ока» городского округа Ступино Московской области (далее – Положение, Учреждение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции); Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в действующей редакции); Федеральным законом от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» (в действующей редакции); приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (в действующей редакции); 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» (в действующей редакции); Уставом Учреждения.

1.2. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, регулирует режим занятий и организацию учебно-тренировочного процесса по реализуемым дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

1.3. Организация образовательного процесса в Учреждении регламентируется Уставом Учреждения, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами Учреждения, в том числе дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта, включающими в себя:

- годовой учебно-тренировочный план;
- календарный план воспитательной работы;
- план мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;
- планы инструкторской и судейской практики;
- планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств);

Организация образовательного процесса регулируется расписаниями занятий, индивидуальными планами спортивной подготовки.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Организация и осуществление образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки проводятся с учетом особенностей организации непрерывного учебно-тренировочного процесса, комплектования учебно-тренировочных групп, организации и проведения промежуточной и итоговой аттестации.

2.2. Учебно-тренировочный год (спортивный сезон) в Учреждении для отделений видов спорта баскетбол, бокс, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, пулевая стрельба, регби, спортивная гимнастика, спорт лиц с интеллектуальными нарушениями (ЛИН), спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА), теннис, шахматы, начинается 01 сентября и заканчивается 31 августа; для отделения вида спорта футбол начинается с 01 января по 31 декабря.

2.3. Продолжительность учебно-тренировочного года – 52 недели.

2.4. Наполняемость учебно-тренировочных групп (далее – группы) и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта.

2.5. Учебно-тренировочный процесс проводится Учреждением в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом. При включении в учебно-тренировочный

процесс самостоятельной подготовки она составляет не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения.

2.6. Продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах рабочей недели тренера-преподавателя.

В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий (далее – занятия) и планом мероприятий в рамках трудового законодательства.

2.7. Занятия проводятся по группам или индивидуально.

2.8. При комплектовании групп Учреждение:

- формирует группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки;

- учитывает возможность перевода обучающихся из других организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;

- определяет максимальную наполняемость групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом федерального стандарта спортивной подготовки, приказа Минспорта России от 03.08.2022 №634 "Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки".

2.9. Учреждение объединяет (при необходимости) на временной основе группы для проведения занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском.

Допускается проведение занятий одновременно с обучающимися из разных 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

3.1. Начало занятий: согласно утвержденному расписанию занятий, не ранее 8 часов утра.

Окончание занятий: согласно утвержденному расписанию занятий, не позднее 20 часов для обучающихся до 16 лет.

Для обучающихся в возрасте 16–18 лет допускается окончание занятий в 21 час.

Для обучающихся старше 18 лет допускается окончание занятий в 22 часа.

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

3.2. Расписание занятий утверждается приказом Учреждения по предоставлению тренера-преподавателя, с учетом наиболее благоприятного режима занятий и отдыха обучающихся, их возрастных особенностей, возможностей использования спортивных объектов.

3.3. Продолжительность одного занятия при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки устанавливается в астрономических часах (60 минут) 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;

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

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

3.4. В период каникул для обеспечения непрерывности освоения обучающимися дополнительных образовательных программ спортивной подготовки могут организовываться физкультурно-спортивные лагеря, а также может обеспечиваться участие обучающихся в учебно-тренировочных мероприятиях, проводимых Учреждением.

4. Заключительные положения

4.1. Настоящее Положение вступает в силу с даты его утверждения приказом Учреждения и действует бессрочно.

4.2. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего установленные им нормы.

4.3. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»