

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАУ ДО НСО

«СШ «ЦПСГ Евгения Подгорного»

 А.М. Дубовицкий

« 01 » 06 2023 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о режиме занятий обучающихся в государственном автономном учреждении дополнительного образования Новосибирской области «Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного»

#### 1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в государственном автономном учреждении дополнительного образования Новосибирской области «Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного» (далее – Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением ФС по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», приказом Министерства спорта РФ от 3 августа 2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки».

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся в государственном автономном учреждении дополнительного образования Новосибирской области «Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного» (далее – Учреждение).

1.3. Ответственность за соблюдение требований, установленных настоящим Положением, возлагается на начальника спортивного отдела, тренеров-преподавателей, инструкторов-методистов государственного автономного учреждения Новосибирской области «Спортивная школа «Центр подготовки по спортивной гимнастике Евгения Подгорного» (далее – Учреждение).

#### 2. Организация учебно-тренировочной деятельности

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

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период

самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

2.2. Учебный год в Учреждении начинается с 1 января. Продолжительность учебного года составляет 52 недели.

2.3. Основными формами учебно-тренировочной деятельности являются:

- учебно-тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей обучающихся;
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам (ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения);
- групповые теоретические занятия;
- учебно-тренировочные мероприятия;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия.

### **3. Режим занятий обучающихся**

3.1. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся спортивным отделом по предоставлению предварительных расписаний педагогических работников (тренеров-преподавателей, инструкторов по спорту) и утверждается директором с учетом возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

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.

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

3.2. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 08.00 часов и заканчиваются не позднее 20.00 часов (для обучающихся от 16 лет и старше – не позднее 21.00 часов).

3.3. Проводит (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта - трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

3.4. Объединяет (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные мероприятия, его временной нетрудоспособностью, болезнью, отпуском.