

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа №1» муниципального образования «Тахтамукайский район»
Республики Адыгея**



**ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся в МБУ ДО «Спортивная школа №1» МО
«Тахтамукайский район»**

1. Настоящий режим занятий обучающихся МБУ ДО «Спортивная школа №1» МО «Тахтамукайский район» (далее Режим) разработан в соответствии с: Федеральным Законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»; приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013г. № 112 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 5.03.2014г. регистрационный № 31522) «Об особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»; письмом министерства спорта РФ от 12.05.2014г. N ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»; постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (далее СанПиН); Уставом МБУ ДО «Спортивная школа №1» МО «Тахтамукайский район» (далее Спортивная школа).

2. Учебный год в Спортивной школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

3. Спортивная школа реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки. Программы могут быть интегрированными, различаться по объему и срокам реализации.

4. Спортивная школа организует работу с детьми в течение всего календарного года. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным планом, утвержденным директором Спортивной школы.

5. Продолжительность обучения на каждом этапе устанавливается реализуемыми дополнительными образовательными программами спортивной подготовки.

6. Занятия в Спортивной школе начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16 - 18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

7. Занятия в Спортивной школе проводятся в любой день недели, включая воскресенье и каникулы.

8. Занятия в Спортивной школе проводятся тренерами-преподавателями, которые должны иметь при себе журналы учета тренировочной работы. Проведение занятий осуществляется как на собственной, так и на арендованных спортивных базах.

9. Объем недельной учебно-тренировочной нагрузки на каждом этапе спортивной подготовки в академических часах (один час – 45 минут):

- на спортивно-оздоровительном этапе - 6 часов;
- на этапе начальной подготовки:
 - ✓ до года - 6 часов;
 - ✓ свыше года - 9 часов;
- на учебно-тренировочном этапе:
 - ✓ первого, второго года обучения - 12 часов;
 - ✓ третьего, пятого года обучения - 18 часов;
- на этапе спортивного совершенствования: - 24 часа.

10. Учебная нагрузка обучающихся должна соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

11. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки обучающихся и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов;
- на этапе начальной подготовки - 2 часов;
- на учебно-тренировочном этапе - 3 часов;
- на этапе спортивного совершенствования - 4 часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

12. При объединении в одну группу занимающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности, должны соблюдаться все перечисленные ниже условия:

- разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух спортивных разрядов;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения, с учетом правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях;

13. В целях качественной подготовки спортсменов и повышения их спортивного мастерства Спортивная школа имеет право проводить тренировочные сборы.

14. Для проведения тренировочных сборов разрабатываются и утверждаются, приказом директора Спортивной школы, следующие документы:

- персональный состав участников сборов, в том числе тренерский и вспомогательный персонал;
- план-график или расписание теоретических и практических занятий с указанием количества учебно-тренировочных занятий в день, их продолжительности, объема тренировочных нагрузок с указанием конкретного содержания дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на весь период сборов;
- распорядок дня спортсменов;
- журнал учета проведения и посещения тренировочных занятий.