

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
"Спортивная школа №1 по спортивной гимнастике"  
города Нижнего Новгорода

ПРИНЯТО:  
Педагогическим советом  
МБОУ ДО «СШ № 1 по спортивной  
гимнастике»  
(Протокол № 2 от 14.12 2022 г.)

УТВЕРЖДЕНО:  
Приказом МБОУ ДО «СШ №1 по  
МБОУ  
спортивной гимнастике»  
№ 3 от 10.01.2023 г.  
Г.А.Лапшина



**Положение**  
**о режиме занятий обучающихся в**  
**муниципальном бюджетном образовательном учреждении**  
**дополнительного образования**  
**"Спортивная школа № 1 по спортивной гимнастике"**

## **I. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования "Спортивная школа № 1 по спортивной гимнастике" (далее соответственно—Учреждение, Положение) 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;
- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», утвержденный приказом Минспорта России от 09.11.2022 № 953;
- Примерной дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», утвержденными приказом Минспорта России от 20.12.2022 № 1293;
- 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;
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;
- Уставом Учреждения.

1.2. Настоящее Положение разработано в целях регламентирования образовательной деятельности и учебно-тренировочного процесса в соответствие 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 Положением и иными локальными нормативными актами Учреждения, в том числе дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная гимнастика" (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), а также календарным учебно-тренировочным графиком, расписаниями занятий, индивидуальными учебными планами.

1.4. При принятии Положения учтено мнение Совета обучающихся Учреждения (протокол № 2 от 14.12.2022) и Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Учреждения (протокол № 2 от 14.12.2022).

## **II. Режим образовательного процесса**

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

Срок начала и окончания учебно-тренировочного процесса определяется с учетом сроков проведения физкультурных и спортивных мероприятий (далее - спортивный сезон), в которых планируется участие лиц, проходящих спортивную подготовку.

Срок начала учебно-тренировочного процесса:

- в Учреждении с учетом сроков проведения физкультурных и спортивных мероприятий (спортивного сезона), в которых планируется участие обучающихся, начинается 1 сентября;

- для групп этапа начальной подготовки первого года обучения, начинающие спортивный сезон с осени – 15 октября текущего года;

Срок окончания обучения:

- заканчивается по окончании получения образования (завершением обучения) по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки.

2.2. Продолжительность учебного года – 52 недели.

2.3. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», разработанными с учетом дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, принятыми в соответствии с порядком, установленным Уставом Учреждения.

2.4. Учебно-тренировочный процесс проводится Учреждением в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

Самостоятельная подготовка может составлять не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения.

2.5. Продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах рабочей недели тренера-преподавателя. Образовательная деятельность в Учреждении не осуществляется вне рабочие и праздничные дни, установленные нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Нижегородской области.

2.6. Занятия проводятся по группам, подгруппам или индивидуально.

2.7. При комплектовании учебно-тренировочных групп Учреждение:

- формирует учебно-тренировочные группы по этапам спортивной подготовки;
- учитывает возможность перевода обучающихся из других организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;
- определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом федерального стандарта спортивной подготовки.

2.7.1. Допускается проведение учебно-тренировочных занятий (при необходимости) одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

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

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

### **III. Режим занятий**

3.1. Учебно-тренировочные группы работают по расписанию. Расписание занятий составляется администрацией и утверждается директором Учреждения по предоставлению тренером-преподавателем рукописного варианта расписания, в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся, обучения их в образовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей детей и установленными санитарно-гигиеническими нормами.

3.2. Продолжительность учебного занятия определяется дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта спортивная гимнастика и считается в астрономических часах (60 минут)

3.3. На всех этапах спортивной подготовки после 30-45 мин занятий предоставляется возможность (не менее 10 минут) для отдыха обучающихся и проветривания помещений. При этом сам тренировочный процесс продолжается, данное время может быть также использовано для теоретической подготовки, воспитательной работы и другой деятельности педагогической направленности. В программе подготовки могут быть предусмотрены другие диапазоны продолжительности времени тренировки и перерывов с учетом специфики вида спорта, а также предусмотрена возможность перерывов для отдыха занимающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего тренировочного процесса в целом.

3.4. Начало занятий: согласно утвержденному расписанию занятий, не ранее 8.00 часов утра.

Окончание занятий: согласно расписанию, не позднее 19.30 для обучающихся в возрасте до 7 лет, не позднее 20.00 для обучающихся от 7 лет и старше.

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

начала.

3.6. В Учреждении устанавливается следующий режим занятий по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки: по виду спорта «спортивная гимнастика»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 6 часов в неделю (продолжительность учебно-тренировочного занятия не более 2 часов);

- на этапе начальной подготовки с выше года обучения – 9 часов в неделю (продолжительность учебно-тренировочного занятия не более 2 часов);

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-14 часов в неделю (продолжительность учебно-тренировочного занятия не более 3 часов);

- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) с выше трех лет обучения - 14-18 часов в неделю (продолжительность учебно-тренировочного занятия не более 3 часов);

- 4 часов на этапе совершенствования спортивного мастерства – 20-24 часов в неделю (продолжительность учебно-тренировочного занятия не более 4 часов);

3.7. 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 сборах, проводимых Учреждением.

#### **IV. Заключительные положения**

4.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, принято 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 настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения Совета обучающихся Учреждения, Совета родителей(законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Учреждения, представительных органов обучающихся (при наличии) в порядке, предусмотренном уставом Учреждения для принятия Положения, и вступают в силу с даты утверждения директором Учреждения.

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

4.4. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего установленные нормы.

4.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте Учреждения по адресу <http://gymnschoolnn.ru/>.