

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования спортивная школа олимпийского резерва «Экран» Выборгского района Санкт-Петербурга (ГБУ ДО СШОР «Экран»)

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Рассмотрено  
на педагогическом совете  
ГБУ ДО СШОР «Экран»  
Протокол №1 от 30.08.2023г

РЕЖИМ  
ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Санкт-Петербурга  
2023г

## **1. Общие положения**

1. Режим занятий обучающихся ГБУ ДО СШОР «Экран» (далее-Учреждение) разработан с учетом требований следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 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»;
- Уставом Учреждения.

## **2. Режим занятий обучающихся**

- 2.1. Продолжительность учебно-тренировочного года составляет 52 недели занятий (с 1 сентября по 31 августа) 46 учебных недель и 6 недель для учебно-тренировочных занятий в спортивно-оздоровительных лагерях и/или по индивидуальным планам тренеров-преподавателей для обучающихся.
- 2.2. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, промежуточные контрольные и контрольно-переводные нормативы, участие в соревнованиях различного ранга, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия.
- 2.3. Учебно-тренировочные занятия проводятся на основе дополнительных образовательных программ спортивной подготовки и федеральных стандартов спортивной подготовки, утвержденных Министерством спорта Российской Федерации по видам спорта:
- волейбол
  - спорт глухих
  - спортивное ориентирование
  - полиатлон
  - футбол.
- 2.4. Продолжительность учебно-тренировочных занятий исчисляется в астрономических часах (60 минут).
- 2.5. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта рассчитывается с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки обучающихся и не может превышать:
- на спортивно-оздоровительном этапе не более 2-х часов
  - на этапе начальной подготовки не более 2-х часов
  - на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) не более 3-х часов
  - на этапе совершенствования спортивного мастерства не более 4-х часов
  - на этапе высшего спортивного мастерства не более 4-х часов
  - при проведении более одного учебно-тренировочного занятия в день суммарная продолжительность занятий не должна превышать 8-ми часов.
- 2.6. Учебно-тренировочные занятия в Учреждении могут проводиться в любой день недели, включая субботу, воскресенье и каникулы.
- 2.7. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором в начале учебно-тренировочного года по каждому виду спорта.
- 2.8. Любые изменения расписания в течение года утверждаются директором.

2.9. При необходимости допускается проведение учебно-тренировочных занятий с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

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

-не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;

-обеспечение требований по соблюдению техники безопасности;

-не превышен максимальный количественный состав объединенной группы, рассчитываемый в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по видам спорта и федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

2.10. Учебно-тренировочные занятия проводятся на базах общеобразовательных школ на основе договоров безвозмездного пользования, а так же на других спортивных объектах на основании предоставления услуг (аренды).

### **3. Контроль соблюдения режима обучающихся**

3.1. Посещение обучающимися учебно-тренировочных занятий фиксируется тренерами-преподавателями в журнале учета работы.

3.2. Также режим занятий обучающихся и деятельность тренеров-преподавателей контролирует комиссия внутришкольного контроля два раза в год на основании утвержденного директором плана внутришкольного контроля.