

РАССМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета
Протокол от 19.03.2026 № 1

УТВЕРЖДЕН
приказом МАУ ДО СШ «Рекорд»
от 19 марта 2026 № 21 -0

Положение о режиме занятий обучающихся в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Рекорд»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа «Рекорд» (далее- МАУ ДО СШ «Рекорд», Учреждение) устанавливает режим занятий обучающихся в МАУ ДО СШ «Рекорд» (далее - Положение).

1.2. Положение разработано в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Конвенцией о правах ребёнка, Декларацией прав ребенка, 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», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 3 августа 2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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», приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Уставом и иными локальными нормативными актами МАУ ДО СШ «Рекорд».

1.3. Настоящее Положение регламентирует функционирование МАУ ДО СШ «Рекорд» в период организации образовательного процесса, каникул, летнего отдыха и оздоровления.

1.4. Организация образовательного процесса в МАУ ДО СШ «Рекорд» 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), а также календарным учебно-тренировочным графиком, расписаниями занятий, индивидуальными учебными планами (при наличии).

2. Цели и задачи

2.1. Цель - создание условий для охраны здоровья обучающихся.

2.2. Задачи:

- Упорядочение учебно-тренировочного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами;
- Обеспечение конституционных прав обучающихся на образование и здоровьесбережение;
- Проведение санитарно-гигиенических, профилактических, оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан Российской Федерации.

3. Режим занятий обучающихся во время организации образовательного процесса

3.1. Учебный год в Учреждении с учетом сроков проведения физкультурных и спортивных мероприятий (спортивного сезона), в которых планируется участие обучающихся, начинается 1 января, заканчивается 31 декабря. Если 1 января приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

3.2. Продолжительность учебного года – 52 недели. Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса МАУ ДО СШ «Рекорд» реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в течение всего календарного года, включая каникулярное время: 46 недель обучение осуществляются непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель (каникулярное время, время периода отпусков тренерско-преподавательского состава) – в форме самостоятельных занятий по индивидуальным планам спортивной подготовки, в том числе в условиях летних лагерей дневного пребывания и/или спортивно-оздоровительных лагерей.

3.3. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта, разработанными с учетом примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, принятыми в соответствии с порядком, установленным Уставом Учреждения.

3.4. 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.

3.5. Продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах шестидневной рабочей недели (один выходной день). Образовательная деятельность в Учреждении не осуществляется в нерабочие и праздничные дни, установленные

нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Пермского края, муниципальными правовыми актами Чайковского городского округа.

3.6. Занятия проводятся по группам, подгруппам или индивидуально.

3.7. При комплектовании учебно-тренировочных групп Учреждение:

- формирует учебно-тренировочные 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 учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом федерального стандарта спортивной подготовки.

3.7.1. Допускается проведение учебно-тренировочных занятий (при необходимости) 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.

4. Режим занятий

4.1. 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 7 – 15 лет. Для обучающихся в возрасте 16 - 18 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов.

4.2. Тренер-преподаватель приходит на рабочее место за 15 минут до начала тренировочного занятия, переодевается в спортивную форму, проверяет исправность оборудования и инвентаря и за 5 минут запускает обучающихся в спортивный зал (на спортивную площадку, спортивное сооружение).

4.3. Обучающиеся должны приходить на тренировочное занятие не позднее, чем за 10 - 15 минут до его начала, переодеваться в раздевалке в форму, предназначенную для тренировочного занятия. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в астрономических часах (60 мин.) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) спортивной подготовки обучающегося. В спортивный зал (учебный кабинет, на спортивную площадку, спортивное сооружение) обучающиеся заходят только с тренером-преподавателем.

Обучающиеся обязаны соблюдать утвержденные Правила посещения спортивных объектов МАУ ДО СШ «Рекорд», Инструкции по охране труда для обучающихся в МАУ ДО СШ «Рекорд» при проведении учебно-тренировочных занятий по видам спорта, в тренажерном зале

4.4. Тренерам-преподавателям запрещается отпускать обучающихся с учебно-тренировочного занятия раньше времени окончания занятия.

4.5. Запрещается удаление обучающихся с учебно-тренировочного занятия, моральное или физическое воздействие на обучающихся.

4.6. Выход из спортивного зала (со спортивной площадки, спортивного сооружения) для обучающихся (по необходимости) допускается только с разрешения тренера-преподавателя.

4.7. По окончании тренировочного занятия, тренер-преподаватель выводит обучающихся из спортивного зала (спортивной площадки, спортивного сооружения) в раздевалку и присутствует на рабочем месте до передачи обучающегося родителям (законным представителям) или ухода из здания всех его обучающихся.

4.8. Тренерам-преподавателям категорически запрещается впускать в спортивный зал (на спортивную площадку, спортивное сооружение) посторонних лиц (в том числе родителей (законных представителей несовершеннолетних) без предварительного разрешения администрации МАУ ДО СШ «Рекорд».

4.9. В Учреждении устанавливается следующий режим занятий по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки:

4.9.1. по виду спорта «спортивная борьба (дисциплина греко-римская борьба)»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-12 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения 12 -20 часов в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.9.2. по виду спорта «дзюдо»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-14 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения 16 -18 часов в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.9.3. по виду спорта «лыжные гонки»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-14 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения 16-18 часов в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.9.9. по виду спорта «горные лыжи»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-14 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения 16 -18 часов в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.9.10. по виду спорта «прыжки на лыжах с трамплина»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-12 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения 12 -18 часов в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.9.11. по виду спорта «кикбоксинг»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 8-14 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения – 12-18 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на этапе совершенствования спортивного мастерства – 16-24 часа в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.9.12. по виду спорта «армрестлинг»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-14 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения 14 -18 часов в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.9.13. по виду спорта «автомобильный спорт»:

на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (занятия проводятся 2 и 3 раза в неделю);

на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (занятия проводятся 3 раза в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет обучения – 10-14 часов в неделю (занятия проводятся 5 раз в неделю);

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) свыше трех лет обучения 14 -18 часов в неделю (занятия проводятся 6 раз в неделю);

4.10. Установленная учебно-тренировочная нагрузка в п.п. 4.9.1. - 4.9.13. конкретизируется Расписанием учебно-тренировочных занятий Учреждения, но не должна превышать установленных часов. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более 8 часов. Режим учебно-тренировочного занятия может регулироваться и меняться в связи с загруженностью спортивного зала и/или спортивного сооружения.

4.11. Расписание занятий составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся администрацией МАУ ДО СШ «Рекорд» по предоставлению предварительных расписаний педагогическими работниками с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей, режима обучения в образовательных учреждениях и установленных санитарно-гигиенических норм.

4.12. Изменения в расписании занятий допускается по производственной необходимости (больничный лист, участие в соревнованиях, семинарах или курсах повышения квалификации и др.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха, только по приказу директора МАУ ДО СШ «Рекорд».

4.13. В выходные и праздничные дни МАУ ДО СШ «Рекорд» работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства Российской Федерации.

4.14. В период каникул для обеспечения непрерывности освоения обучающимися дополнительных образовательных программ спортивной подготовки могут организовываться физкультурно-спортивные лагеря дневного пребывания, а также может обеспечиваться участие обучающихся в учебно-тренировочных сборах.

5. Заключительные положения

5.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом МАУ ДО СШ «Рекорд», принято в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения, вступает в силу с даты его утверждения приказом директора Учреждения и действует бессрочно.

5.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения Педагогического совета, предусмотренные Уставом МАУ ДО СШ «Рекорд» для принятия Положения, и вступают в силу с даты утверждения директором Учреждения.

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

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

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 3426130886595570274774170311711105956650881455020

Владелец Вычугжанина Елена Владимировна

Действителен с 28.07.2025 по 28.07.2026