

РФ  
Свердловская область  
Белоярский муниципальный округ  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Спортивная школа»

---

Принято на заседании  
Педагогического совета МБОУ ДО СШ  
от 28.05.2025 года Протокол № 2



**Положение**  
**о режиме занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном**  
**образовательном учреждении дополнительного образования**  
**«Спортивная школа» (МБОУ ДО СШ)**

## 1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа» (далее - Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ, Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Уставом МБОУ ДО СШ.

1.2. Настоящее Положение регулирует организацию образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа» (далее – МБОУ ДО СШ).

## 2. Режим образовательного процесса в МБОУ ДО СШ

2.1. Образовательный процесс в МБОУ ДО СШ осуществляется по дополнительным общеобразовательным программам: дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта, дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – программы) в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.2. Образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья не осуществляется.

2.3. В МБОУ ДО СШ образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации – на русском языке, в очной форме обучения, с возможностью обучения с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

2.4. Учебный год в МБОУ ДО СШ начинается с 01 сентября, заканчивается 31 августа следующего календарного года. Если 01 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается на следующий за ним первый рабочий день.

2.5. Продолжительность учебного года осуществляется круглогодично из расчета 46 недель учебных занятий для групп, работающих по общеразвивающим программам и 52 недели для групп реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в течение всего календарного года, включая каникулярное время: 46 недель обучение осуществляется непосредственно в условиях МБОУ ДО СШ и 6 недель (каникулярное время, время периода отпусков тренерско-преподавательского состава) – в форме самостоятельных занятий по индивидуальным планам подготовки, в том числе при условиях спортивно-оздоровительных лагерей и учебно-тренировочных сборов.

2.6. Тренеры-преподаватели, работающие по совместительству, принимаются на работу с 15 сентября и осуществляют учебно-тренировочный процесс по общеразвивающим программам продолжительностью 36 недель.

2.7. Учебно-тренировочный процесс проводится МБОУ ДО СШ 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 МБОУ ДО СШ.

2.8. Возраст детей для начала занятий по дополнительным общеразвивающим программам составляет от 5 до 18 лет, по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки определяется Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта. Допускается прием обучающихся в течение всего учебного года в зависимости от наполняемости учебных групп. 2.9. Обучение в МБОУ ДО СШ осуществляется в разновозрастных и разновозрастных группах, а также индивидуально.

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

- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает 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;

- обеспечены требования по соблюдению техники безопасности.

2.11. МБОУ ДО СШ объединяет (при необходимости) на временной основе 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.

2.12. Основными формами тренировочного процесса являются: групповые тренировочные и теоретические занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом вида спорта, возрастных особенностей обучающихся; индивидуальные тренировочные занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика обучающихся, самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам, участие в показательных выступлениях, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме прохождения практических контрольных испытаний по ОФП и СФП.

### 3. Режим занятий

3.1. Расписание занятий по дополнительным общеобразовательным программам составляется с учетом наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся МБОУ ДО СШ, по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм. Изменения в расписании занятий допускаются при существовании объективной необходимости (участие тренеров-преподавателей в мероприятиях, не связанных с образовательным процессом, в случаях приостановления образовательного процесса при объявлении карантинных или ограничительных мероприятий, в связи с понижением температуры наружного воздуха, по особому распоряжению учредителя и контролирующих организаций, другие случаи), а также заявлению педагогического работника.

3.2. Расписание занятий утверждается директором МБОУ ДО СШ. Любое изменение режима занятий и расписания возможно только на основании мотивированного письменного заявления тренера-преподавателя.

3.3. Учебно-тренировочные занятия для обучающихся проходят с 08:00 до 20:00 часов. Для обучающихся 16-18 лет допускается проведение занятий до 21.00 часов.

3.4. Учебно-тренировочные занятия, итоговые и промежуточные аттестации могут проводиться с понедельника по субботу, выходной день – воскресенье.

3.5. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных общеразвивающих программ рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей обучающихся и не может превышать двух часов. Продолжительность одного академического часа составляет 45 минут.

3.6. По дополнительным образовательным программам спортивной подготовки продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рассчитывается в астрономических часах (астрономический час – 60 минут) с учетом возрастных особенностей обучающихся и этапа подготовки обучающихся и не может превышать:

- на этапе начальной подготовки не более двух часов;
- на тренировочном этапе – не более трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – не более четырех часов.

3.7. В зависимости от программы занятия проводятся от 2 до 6 раз в неделю продолжительностью от 1 до 4 часов.

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

3.9. В МБОУ ДО СШ максимальная продолжительность учебно-тренировочных занятий в неделю не может превышать:

- 6 часов на спортивно-оздоровительном этапе;

- 6 часов на этапе начальной подготовки первого года обучения;
- 9 часов на этапе начальной подготовки второго и третьего года обучения;
- 14 часов на тренировочном этапе первого и второго года обучения;
- 18 часов на тренировочном этапе третьего, четвертого и пятого года обучения;
- 24 часов на этапе совершенствования спортивного мастерства.

3.10. Объем нагрузки на каждом этапе определяется тренером-преподавателем в соответствии с программой, индивидуальным планом и учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объема нагрузки на занятии в соответствии с физиологическими особенностями обучающихся. Годовой план составляется на основе содержания и объемов, образовательных программ по избранному виду спорта.

#### 4. Заключительные положения

4.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом МБОУ ДО СШ, принято в порядке, предусмотренном Уставом МБОУ ДО СШ, вступает в силу с даты его утверждения приказом директора МБОУ ДО СШ и действует бессрочно.

4.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются в порядке, предусмотренном Уставом МБОУ ДО СШ для принятия Положения, и вступают в силу с даты утверждения директором МБОУ ДО СШ.

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 им нормы.

4.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте МБОУ ДО СШ в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 461041075780426786019748426748138865562456002267  
Владелец Кузьмин Сергей Леонидович  
Действителен с 07.08.2024 по 07.08.2025