

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Тверской области
«Спортивная школа олимпийского резерва по игровым видам спорта»

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
ГБУ ДО «СШОР по игровым
видам спорта»

Протокол № 1 от 25.08.23

УТВЕРЖДЕНО

приказом от «14» сентября 2023г. № 14-09

Директор ГБУ ДО
«СШОР по игровым видам спорта»



(подпись, печать)

Артёмасов Н.В.
(Ф.И.О.)

ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся в
ГБУ ДО «СШОР по игровым видам спорта»

Тверь
2023 год

1. Общие положения.

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в ГБУ ДО «СШОР по игровым видам спорта» (далее - Положение, СШОР) разработано в соответствии:

- Федеральным законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании»;
- Федеральным законом Российской Федерации от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом Российской Федерации от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных»;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 (пункт 3.6);
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта «бадминтон», утвержденный приказом Минспорта России 31 октября 2022г. № 880 (далее – ФССП);
- «баскетбол», утвержденный приказом Минспорта России от 16 ноября 2022 № 1006;
- «гандбол», утвержденный приказом Минспорта России от 02 ноября 2022 № 902;
- «волейбол», утвержденный приказом Минспорта России от 15 ноября 2022 № 987;
- «настольный теннис», утвержденный приказом Минспорта России от 31 октября 2022 № 884;
- «регби», утвержденный приказом Минспорта России от 18 ноября 2022 № 1018;
- Дополнительными общеразвивающими образовательными программами в области физической культуры и спорта;
- Примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта бадминтон, баскетбол, гандбол, волейбол, настольный теннис, регби, разработанными на основе примерных программ, утверждённых Министерством спорта Российской Федерации;
- Уставом ГБУ ДО «Спортивная школа олимпийского резерва по игровым видам спорта».
- Правилами внутреннего распорядка обучающихся СШОР.

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 СШОР в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.3. Организация образовательного процесса в СШОР регламентируется Уставом СШОР, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами СШОР.

1.4. Положение действует в течение учебного года. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора СШОР.

2. Режим образовательного процесса.

2.1. Учебный год в СШОР 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.

2.2. Продолжительность учебного года - 52 недели. Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса СШОР реализует Программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время: - 46 недель обучение осуществляются непосредственно в условиях СШОР; - 6 недель (каникулярное время, время периода отпусков тренерско-преподавательского состава) - в форме самостоятельных занятий по индивидуальным планам спортивной подготовки, в том числе в условиях спортивно-оздоровительных лагерей.

2.3. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется Программами по культивируемым видам спорта.

2.4. Учебно-тренировочный процесс проводится в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, включая период самостоятельной подготовки и работу 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 СШОР;

- работа по индивидуальным планам осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

- продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах шестидневной рабочей недели. Образовательная деятельность в

СШОР не осуществляется в нерабочие и праздничные дни, установленные нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Тверской области.

2.6. Проведение учебно - тренировочных занятий осуществляется в очной форме на закрепленных за СШОР спортивных сооружениях, соответствующих установленным нормативам и правилам.

2.7. Занятия проводятся по группам, подгруппам или индивидуально.

2.8. При комплектовании учебно-тренировочных групп СШОР:

- формирует учебно-тренировочные группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки;
- определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки.
- учитывает возможность перевода обучающихся из других организаций, реализующих образовательные и общеразвивающие программы.

2.8.1. Допускается проведение учебно-тренировочных занятий (при необходимости) одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий: соблюдение разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий; соблюдение единовременной пропускной способности спортивного сооружения; обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

2.8.2. Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса по образовательным и общеразвивающим программам СШОР: проводит учебно-тренировочный процесс в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки; 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; проводит (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп.

3. Режим занятий

3.1. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет окончание занятий допускается в 21.00 часов.

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

3.2. Продолжительность одного учебно - тренировочного занятия рассчитывается в астрономических часах (60 мин.) с учетом возрастных особенностей и этапа спортивной подготовки обучающегося и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки - двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) -

трех часов;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

3.3. В СШОР устанавливается следующий режим занятий по Программам:

3.3.1. по виду спорта бадминтон:

Этапы спортивной подготовки									
НП			УТГ					ССМ	ВСМ
Недельная нагрузка в часах									
1	2	3	1	2	3	4	5		
4,5	6	6	10	10	12	14	16	20	24
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия									
2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
Количество тренировок в неделю									
3	3	3	3-4	3-4	4	4-5	5-6	5-6	6
Количество часов в год									
234	312	312	520	520	624	728	832	1040	1248

3.3.2. по виду спорта баскетбол:

Этапы спортивной подготовки									
НП			УТГ					ССМ	ВСМ
Недельная нагрузка в часах									
1	2	3	1	2	3	4	5		
4,5	6	6	8	8	12	14	16	16	20
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия									
2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
Количество тренировок в неделю									
3	3	3	3-4	3-4	4	5	5-6	5-6	5-6
Количество часов в год									
234	312	312	416	416	624	728	832	832	1040

3.3.3. по виду спорта волейбол:

Этапы спортивной подготовки									
НП			УТГ					ССМ	ВСМ
Недельная нагрузка в часах									
1	2	3	1	2	3	4	5		
4,5	6	6	10	10	12	14	14	18	24
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия									
2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
Количество тренировок в неделю									
3	3	3	3-4	3-4	4	5	5	5	6
Количество часов в год									
234	312	312	520	520	624	728	728	936	1248

3.3.4. по виду спорта гандбол:

Этапы спортивной подготовки								
НП		УТГ					ССМ	ВСМ
Недельная нагрузка в часах								
1	2	1	2	3	4	5		
4,5	6	10	10	14	14	16	20	24
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия								
2	2	3	3	3	3	3	4	4
Количество тренировок в неделю								
3	3	3-4	3-4	4-5	4-5	5-6	5-6	6
Количество часов в год								
234	312	520	520	728	728	832	1040	1248

3.3.5. по виду спорта настольный теннис:

Этапы спортивной подготовки								
НП		УТГ					ССМ	ВСМ
Недельная нагрузка в часах								
1	2	1	2	3	4	5		
4,5	6	12	12	16	16	16	20	24
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия								
2	2	3	3	3	3	3	4	4
Количество тренировок в неделю								
3	3	4	4	5-6	5-6	5-6	5-6	6
Количество часов в год								
234	312	624	624	832	832	832	1040	1248

3.3.6. по виду спорта регби:

Этапы спортивной подготовки									
НП			УТГ					ССМ	ВСМ
Недельная нагрузка в часах									
1	2	3	1	2	3	4	5		
4,5	6	6	10	10	12	12	14	18	20
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия									
2	2	2	3	3	3	3	3	4	4
Количество тренировок в неделю									
3	3	3	3-4	3-4	4	4	5	5-6	5-6
Количество часов в год									
234	312	312	520	520	624	624	728	936	1040

3.4. Установленная тренировочная нагрузка конкретизируется расписанием учебно-тренировочных занятий, но не должна превышать установленных часов. Режим учебно-тренировочного занятия может регулироваться и меняться в связи с загруженностью спортивного зала.

3.5. В период каникул для обеспечения непрерывности освоения обучающимися Программ могут быть организованы физкультурно-спортивные лагеря, а также проведение учебно-тренировочных сборов, проводимых на базе СШОР и других базах.

4. Заключительные положения

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

4.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения Педагогического совета и вступают в силу с даты утверждения директором.

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 СШОР.