

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
спортивная школа олимпийского резерва по лыжным видам спорта

ПРИНЯТО

Решением Педагогического Совета

Протокол от 21.11.2023 №09

УТВЕРЖДАЮ

Директор СПб ГБУ ДО СШОР
по лыжным видам спорта

_____ В.В. Столяров

Приказ от 22.11.2023 №180

ПОЛОЖЕНИЕ

О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО
БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ЛЫЖНЫМ ВИДАМ
СПОРТА
(СПб ГБУ ДО СШОР по лыжным видам спорта)**

Санкт-Петербург
2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 00EEA18A30E572495BCB314E827C83630C
Владелец **Столяров Валерий Викторович**
Действителен с 20.03.2025 по 13.06.2026

**Положение о режиме занятий обучающихся
Санкт-Петербургского государственного
бюджетного учреждения дополнительного образования
спортивной школы олимпийского резерва по лыжным видам спорта
(СПб ГБУ ДО СШОР по лыжным видам спорта)**

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее-Положение) Санкт-Петербургского государственного бюджетного учреждения дополнительного образования спортивной школы олимпийского резерва по лыжным видам спорта (СПб ГБУ ДО СШОР по лыжным видам спорта) (далее - СПб ГБУ ДО СШОР по лыжным видам спорта, Учреждение) разработано в соответствии с Уставом Учреждения; 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 России от 03.08.2022 №634 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»; постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; федеральными стандартами спортивной подготовки.

1.2. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Учреждения, регулирует режим занятий и организацию учебно-тренировочного процесса по реализуемым дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

1.3. Организация образовательного процесса в Учреждении регламентируется Уставом Учреждения, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами Учреждения, в том числе дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по 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,
- расписания учебно-тренировочных занятий;
- индивидуальные планы спортивной подготовки.

2. Режим образовательного процесса

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

2.2. Учебно-тренировочный год в Учреждении начинается 01 июня и заканчивается 31 мая.

2.3. Продолжительность учебно-тренировочного года составляет 52 недели.

2.4. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта.

2.5. Учебно-тренировочный процесс осуществляется 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.

2.6. Продолжительность учебно-тренировочной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема соревновательной деятельности в пределах рабочей недели тренера-преподавателя.

В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства Российской Федерации.

2.7. Занятия проводятся по группам и индивидуально.

2.8. Комплектование учебно-тренировочных групп осуществляется по видам спорта и этапам спортивной подготовки. Учитывается возможность перевода обучающихся из других учреждений и организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.

2.9. Допускается проведение совместных учебно-тренировочных занятий обучающихся разных групп при соблюдении следующих условий:

- разница в уровне подготовки обучающихся не должна превышать двух спортивных разрядов (званий);
- не превышение единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечение требований по соблюдению техники безопасности.

2.10. Учреждение вправе объединить (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, выездные учебно-тренировочные мероприятия, временной нетрудоспособностью тренера-преподавателя, его болезнью, отпуском.

3. Режим учебно-тренировочных занятий

3.1. Начало и окончание учебно-тренировочных занятий устанавливается согласно утвержденному директором Учреждения расписанию занятий, учитывающему наиболее благоприятный режим учебно-тренировочных занятий и отдыха обучающихся, возрастные особенности, возможности использования спортивных объектов.

3.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки устанавливается в астрономических часах (60 минут) 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 превышать восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят:

- теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика (не менее 45 минут от учебно-тренировочного занятия);
- мероприятия, посвященные различным подготовительным, методическим, диагностическим, воспитательным, организационным вопросам в соответствии с

программным материалом учебно-тренировочного занятия; инструктажи по охране труда и технике безопасности с целью профилактики и предотвращения спортивного травматизма (не более 15 минут от учебно-тренировочного занятия).

3.3. 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.

4. 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.

3.2. Изменения и дополнения, внесенные в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учетом мнения Совета обучающихся Учреждения, Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Учреждения, вступают в силу в порядке, предусмотренном Уставом Учреждения с даты утверждения приказом директора Учреждения.

3.3. Контроль за правильным и своевременным исполнением настоящего Положения возлагается на директора Учреждения.

3.4. Настоящее Положение может изменяться, дополняться. С момента регистрации новой редакции Положения предыдущая редакция утрачивает силу.