

Утверждено на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 2 от 17.02.2016г

Утверждаю  
МКОУ ДО «ДЮСШ»  
Приказ № 51 от 17.02.2016  
Директор МКОУ ДО «ДЮСШ»  
\_\_\_\_\_ Ю.В.Ращевский)  
“ 17 “ февраля 2016 г.

## **Положение о режиме учебно-тренировочных занятий обучающихся**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме учебно-тренировочных занятий обучающихся муниципального казенного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» г.Котельниково (далее - Положение) регламентирует условия организации учебнотренировочного процесса в учреждении и устанавливает режим учебно-тренировочных занятий обучающихся в МКОУ ДО «ДЮСШ» г.Котельниково.

1.2. Режим учебно-тренировочных занятий действует в течение текущего календарного года, согласно расписанию учебно-тренировочных занятий групп, утвержденному директором МКОУ ДО «ДЮСШ» г.Котельниково. Внесение изменений в расписание возможно на основании приказа директора.

### **2. Режим процесса спортивной подготовки**

2.1. МКОУ ДО «ДЮСШ» г.Котельниково реализует Дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта по баскетболу для обучающихся спортивно-оздоровительного этапа (далее - Программ 1), утвержденные на заседании Педагогического совета, протокол № 1 от 30.08.2024г., и Дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта по волейболу для обучающихся спортивно-оздоровительного этапа (далее - Программ 2), Дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта по плаванию для обучающихся спортивно-оздоровительного этапа (далее - Программ 3), утвержденные на заседании Педагогического совета, протокол № 1 от 30.08.2024г. (далее - Программы) в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.2. Режим учебно-тренировочных занятий в МКОУ ДО «ДЮСШ» г.Котельниково устанавливается согласно расписанию, утвержденному директором спортивной школы по представлению тренеров-преподавателей, с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм, годовым учебно-тренировочным планом (в часах); календарным планом физкультурных и спортивных мероприятий.

Учебно-тренировочные занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.

2.3. Программа 1 реализуется *в течение календарного года - 46 недели.*

2.3.1. *Продолжительность рабочей недели (в часах) для групп:* начальной подготовки 1 года - 4 часа; 2 года - 6 часов; учебно-тренировочных (спортивной специализации): 1 года - 8 часов, 2 года - 10 часов, 3 года - 12 часов, 4 года - 14 часов, 5 года - 16 часов.

2.4. На всех этапах спортивной подготовки количество учебно-тренировочных занятий и часов в неделю включает в себя работу по индивидуальному плану, психологическую подготовку, медико-восстановительные мероприятия и участие в соревнованиях.

2.5. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации Программы:  
групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия;  
учебно-тренировочные мероприятия;  
теоретические занятия;  
спортивные соревнования, согласно объему соревновательной деятельности;  
инструкторская и судейская практика;  
контрольные мероприятия (тестирование и контроль);  
медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия;  
самостоятельная работа по индивидуальным планам в т.ч. с использованием дистанционных технологий.

Подготовка спортсменов организуется, прежде всего, в форме учебно-тренировочных занятий, имеющих научно обоснованную структуру и распределенных в рамках, утвержденного руководителем спортивного учреждения, расписания.

2.6. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программ рассчитывается из расчета астрономический час- 45 минут, с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки обучающихся и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе 2-х часов;
- на этапе начальной подготовки 2-х часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 3-х часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства 4-х часов;
- На этапе высшего спортивного мастерства 4-х часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более 8-ми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на всех этапах спортивной подготовки в период учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп по данной Программе при соблюдении следующих условий:

(на временной основе) в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском;

непревышения разницы в уровне подготовки обучающихся трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- непревышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

Возможен перевод обучающихся из других организаций.

2.7. *Режим работы спортивной школы осуществляется в соответствии с расписанием занятий в любой день недели для всех групп начальной подготовки, учебно-тренировочных групп (групп спортивной специализации) с 8:00 до 20:00.*

### 3. Организация учебно-тренировочного процесса

3.1. Организацию учебно-тренировочного процесса осуществляют администрация, тренеры-преподаватели и сотрудники МКОУ ДО «ДЮСШ» г.Котельниково в соответствии с должностными инструкциями.

3.2. Тренер-преподаватель обязан встретить спортсмена в холле учреждения и пройти к месту учебно-тренировочных занятий. По окончании занятий проводить обучающегося из помещения учреждения.

3.3. Тренерам-преподавателям запрещается отпускать обучающихся до окончания учебно-тренировочных занятий; удалять спортсменов с занятий; оказывать на спортсменов моральное или физической воздействие; разрешать присутствовать посторонним лицам, родителям (законным представителям) на учебно-тренировочном занятии; вести прием родителей (законных представителей) во время учебно-тренировочного занятия.

3.4. Организация физкультурных и спортивных мероприятий в учреждении и регламентируется календарем физкультурных и спортивных мероприятий с учетом ЕКП Российской Федерации Баскетбола, комитета физической культуры и спорта Волгоградской области и на основании приказа директора МБУ СШОР № 2.

### 4. Внесение изменений и дополнений в настоящее положение

4.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента его подписания.

4.2. Внесение изменений и дополнений в Положение производится на заседании Педагогического совета МКОУ ДО «ДЮСШ» г.Котельниково.

*Исполнитель: Ткачева Е.И., ст. инструктор-методист*