

СОГЛАСОВАНО:
 Протокол заседания
 Тренерского совета
 от «30» мая 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО:
 приказом МБУ ДО «СШ № 8 по
 баскетболу» г. Челябинска
 № 52 от «31» мая 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с ч. 2 ст. 30 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" № 273-ФЗ от 29.12.2012 г., утвержденными дополнительными образовательными Программами в Учреждении, Уставом Учреждения, санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

2. Режим тренировочных занятий

2.1. Учебно-тренировочный год в Учреждении устанавливается с 01 сентября по 31 августа.

2.2. Учебно-тренировочный процесс в МБУ ДО "СШ № 8 по баскетболу" г. Челябинска осуществляется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели, в соответствии с планом, утвержденном в дополнительной образовательной программе.

2.3. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся, начиная с 16-летнего возраста, допускается окончание занятий в 21.00 час.

2.4. Предельные (максимальные) объемы недельной учебно-тренировочной нагрузки и продолжительность одного занятия с учетом этапов (периодов) подготовки (в академических часах), число занятий в неделю, минимальный возраст для зачисления на этапы подготовки, максимальная наполняемость групп (Таблица 1).

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)		Возрастные границы обучающихся (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	1	3	8	15-20
	2		9	
	3		10	
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	5	11	12-20
	2		12	
	3		13	
	4		14	
	5		15	
Этап совершенствования	1	2	16	6-12

спортивного мастерства	2		17	
------------------------	---	--	----	--

2.5. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с расписанием (еженедельным графиком проведения занятий по группам подготовки), утвержденным директором Учреждения. В расписании учебно-тренировочных занятий указывается еженедельный график проведения занятий по группам подготовки на год (спортивный сезон), согласованный с тренерско-преподавательским составом в целях установления наиболее благоприятного режима учебно-тренировочного процесса, отдыха обучающихся.

2.6. Продолжительность учебно-тренировочных занятий устанавливается исходя из недельного объема учебно-тренировочной нагрузки. При составлении расписания учебно-тренировочных занятий (тренировок) продолжительность одного занятия рассчитывается в астрономических часах.

2.7. Число занятий в день в группах совершенствования спортивного мастерства определяются тренером-преподавателем в соответствии с индивидуальным планом спортивной подготовки. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна превышать 8 академических часов.

2.8. Тренерам-преподавателям рекомендуется делать перерывы между занятиями, не менее 10 минут, для подготовки к следующему учебно-тренировочному занятию.

2.9. Учебно-тренировочные занятия проводятся в течение дня (преимущественно в две смены). Занятия могут проходить в любой день недели, включая воскресенье. В целях выполнения индивидуальных планов спортивной подготовки занятия на этапах ССМ могут проводиться в праздничные дни.

2.10. Для работы со спортсменами высокого класса (этапы ССМ), со спортсменами УТЭ, входящими в составы спортивных сборных команд страны, рекомендуются организовывать индивидуальные тренировки - «поток». При этом составляется соответствующее расписание занятий в пределах рабочего времени тренера.

2.11. Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп. При этом предлагается соблюдать все перечисленные ниже условия:

- разница в возрасте обучающихся не превышает двух лет;
- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный количественный состав объединенной группы.

2.12. Максимальный количественный состав определяется по группе, имеющей меньший показатель в данной графе.

2.13. При включении в учебно-тренировочные занятия самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом.

2.14. Необходимые изменения расписания занятий оформляются приказом по Учреждению. Самовольные изменения расписания тренерами-преподавателями не допускаются. Изменения в расписания могут вноситься в случаях:

- изменения смены учебных занятий в общеобразовательных учреждениях;
- наступления каникулярных периодов.

2.15. Учебно-тренировочные занятия приостанавливаются по приказу директора Учреждения:

- в периоды объявления карантинных;
- в связи с низким температурным режимом;
- другими чрезвычайными обстоятельствами.