

**Положение  
о режиме и формах занятий, обучающихся  
в МБУДО «СШ Олимп» г. Челябинска**

**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».

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим учебно-тренировочных занятий, обучающихся в МБУДО «СШ «Олимп» г. Челябинска (далее – учреждение). Режим учебно-тренировочных занятий действует в течении года.

1.3. Настоящее Положение регламентирует функционирование учреждения в период организации учебно-тренировочного процесса, каникул в течении года, летнего отдыха и оздоровления.

**2. Режим тренировочных занятий**

2.1. Учреждение организует учебно-тренировочную работу с обучающимися в течении календарного года. В каникулярное время, а также в течении года могут проводиться учебно-тренировочные мероприятия (сборы).

2.2. Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта (далее — Программы) в течение всего календарного года. учебно-тренировочный год в учреждении начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря.

2.3. Продолжительность учебно-тренировочного года составляет 52 недели в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом учреждения, определяющим годовой, еженедельный объем учебно-тренировочной нагрузки.

2.4. Учебно- тренировочные часы включают в себя теоретические и практические занятия, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях и учебно-тренировочных мероприятиях, инструкторскую и судейскую практику, восстановительные мероприятия.

2.5. На этапах высшего спортивного мастерства и совершенствования спортивного мастерства планирование годичного цикла подготовки определяется календарем соревнований, поэтому продолжительность сезона подготовки устанавливается индивидуально.

2.6. Для обучающихся групп высшего спортивного мастерства и совершенствования спортивного мастерства разрабатываются индивидуальные планы подготовки, в которых уточняются объемы и интенсивность учебно-тренировочных нагрузок и этапные контрольные показатели.

2.7. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с расписанием (еженедельным графиком проведения занятий по группам подготовки), утвержденным директором Учреждения.

2.8. Учет объема и интенсивности учебно-тренировочной работы по неделям ведут тренеры-преподаватели в электронных журналах учебно-тренировочных групп на сайте L-sport.

2.9. Врачебный контроль за обучающимися осуществляется врачебно-физкультурным диспансером.

2.10. Возрастной диапазон обучающихся школы от 7 лет и старше. Занятия осуществляются на различных этапах многолетней подготовки.

2.11. Учебно-тренировочные занятия для несовершеннолетних учащихся в учреждении начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00. Для совершеннолетних учащихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00.

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

2.13. 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.

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

2.15. 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 и ВСМ могут проводиться в праздничные дни.

2.16. 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.

2.17. 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.

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

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