

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
спортивная школа олимпийского резерва «Лидер» Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга

**СОГЛАСОВАНО**

Решением тренерского (педагогического)  
совета ГБУ ДО СШОР «Лидер»  
Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга  
(протокол от 30.08.2023 № 1)

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом ГБУ ДО СШОР  
«Лидер» Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга  
от 30 августа 2023 г. № 75

**ПОЛОЖЕНИЕ  
о режиме занятий**

Санкт-Петербург

2023

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение)

Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования спортивной школы олимпийского резерва Фрунзенского района Санкт-Петербурга (далее – СШОР) разработано в соответствии:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства просвещения России от 9 ноября 2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам СанПиН 2.4.4.3172-14;
- приказом Минспорта России от 25.08.2020 г. № 636 «Методический рекомендации о механизмах и критериях отбора спортивно одаренных детей»;
- приказом Минспорта России № 525 от 21.05.2024 г. «О создании системы отбора и комплексного сопровождения спортивно одаренных детей, включая их спортивную ориентацию».

- Уставом СШОР,
- Правилами внутреннего распорядка обучающихся.

1.2. Настоящее Положение упорядочивает учебно-тренировочный процесс, обеспечивает конституционные права обучающихся на дополнительное образование и здоровье сбережение.

1.3. Режим обязателен для исполнения всеми участниками учебно-тренировочного процесса.

## **2. Режим занятий и организация учебно-тренировочного процесса**

2.1. Режим учебно-тренировочных занятий спортивной подготовки (далее – занятий) обучающихся регламентируется годовым учебно-тренировочным планом, учебно-тематическим планом, расписанием занятий учебно-тренировочных групп по видам спорта.

Единицей измерения учебного времени и основной формой организации учебно-тренировочного процесса является учебно-тренировочное занятие.

2.2. Количество обучающихся в СШОР определяется на основании государственного задания на оказание государственных услуг в текущем календарном (учебно-тренировочном) году.

2.3. Учебно-тренировочный процесс в СШОР осуществляется по видам спорта, группы формируются из числа обучающихся одного возраста в соответствии с ФССП по видам спорта.

2.4. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется по видам спорта, развиваемым в СШОР, по представлению инструкторов-методистов для создания наиболее благоприятного учебно-тренировочного режима и отдыха обучающихся с учетом возрастных особенностей обучающихся и этапов спортивной подготовки.

2.5. Продолжительность учебно-тренировочного года с 1 января по 31 декабря текущего года и составляет 52 недели в том числе, в условиях учебно-тренировочных сборов и (или) по индивидуальным планам спортивной подготовки.

2.6. Занятия проводятся в течение всей недели (кроме праздничных дней) с 8:00 до 20:00 часов и для обучающихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21:00 час.

2.7. Максимальная продолжительность одного занятия при реализации дополнительных образовательных Программ спортивной подготовки (далее- Программа) рассчитывается в астрономических часах (60 минут) с учётом возрастных особенностей и этапа спортивной подготовки:

- на этапе начальной подготовки не более 2-х часов;
- на учебно-тренировочном этапе не более 3-х часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства (ССМ) не более 4-х часов.

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

2.8. СШОР реализует Программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.9. Изменение режима учебно-тренировочных занятий в учебно-тренировочном процессе возможно только на основании приказа директора СШОР.

2.10. В период школьных каникул занятия могут проводиться по изменённому расписанию учебно-тренировочных занятий.

2.11. В летнее (каникулярное время) для продолжения учебно-тренировочного процесса СШОР может организовать учебно-тренировочный процесс, в установленном порядке, на базе СШОР, а так же проводить учебно-тренировочные мероприятия (сборы).

### **3. Делопроизводство**

3.1. Режим работы СШОР регламентируется следующими документами:

- учебно-тренировочным планом;
- учебно-тематическим планом;
- расписанием учебно-тренировочных занятий групп спортивной подготовки по видам спорта.