

ПРИНЯТО  
на заседании педагогического Совета  
МБУДО Ремонтненской  
районной ДЮСШ  
Протокол №1 16.08.2021

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБУДО Ремонтненской районной ДЮСШ  
А.И. Волохов  
Приказ №1650 д. 26.08.2021



## ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий учащихся

### 1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий учащихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Ремонтненской районной детско-юношеской спортивной школы (далее – Положение) разработано согласно Закону Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 ), Порядку организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196, Приказу Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. N 939 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам"

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Ремонтненской районной детско-юношеской спортивной школы (далее – МБУДО Ремонтненская районная ДЮСШ).

### 2. Режим занятий учащихся

2.1. Организация образовательного процесса в МБУДО Ремонтненская районная ДЮСШ регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком, расписанием учебно-тренировочных занятий, индивидуальными учебными планами учащихся.

2.2. Учебный год в МБУДО Ремонтненской районной ДЮСШ начинается 1 сентября. Продолжительность учебного года составляет для учащихся, осваивающих:

2.2.1. дополнительные общеразвивающие программы – 36 недель,

2.2.2. дополнительные общеразвивающие программы – 36 недель,

2.2.3. дополнительные предпрофессиональные программы – 46 недель.

2.3. Учебно-тренировочные занятия могут проводиться в любой день недели и организуются в зависимости от обучения учащихся в общеобразовательных школах. Начало занятий не ранее 8.00 и окончание занятий не позднее 20.00, для учащихся 16-17 лет – не позднее 21.00.

2.4. Расписание учебно-тренировочных занятий (приложение 1) составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха учащихся администрацией

МБУДО Ремонтненской районной ДЮСШ, по представлению педагогических работников с учетом возрастных особенностей учащихся, а также пожеланий учащихся и родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся и утверждается директором МБУДО Ремонтненской районной ДЮСШ. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется в академических часах, академический час составляет 40 (45) минут.

2.5. Допускается включение в расписание учебно-тренировочных занятий проведение одновременно в спортивном зале занятий нескольких групп из расчета рекомендуемой площади основных помещений для занятий физической культурой и спортом в организациях дополнительного образования не менее 4 м<sup>2</sup> на 1 занимающегося.

2.6. Между занятиями разных учебно-тренировочных групп в спортивном зале в расписании должен быть предусмотрен перерыв не менее 10 мин.

2.7. При обучении по дополнительной общеразвивающей программе продолжительность одного тренировочного занятия и недельная тренировочная нагрузка учащихся устанавливается в академических часах и не может превышать 2-х часов (6 часов в неделю):

Уровень сложности обучения	Период обучения	Продолжительность одного занятия (мин)	Количество занятий в неделю	Недельная нагрузка (ак. час)
-	1 год	80	2	6
	2 год	80	2	6
	3 год	80	2	6

2.8. При обучении по дополнительной предпрофессиональной программе продолжительность одного занятия и недельная нагрузка не может превышать:

Уровень сложности обучения	Период обучения	Продолжительность одного занятия (мин)	Количество занятий в неделю	Недельная нагрузка (ак. час)
Базовый	1 год	80	3	6
	2 год	80	3	6
	3 год	80	4	8
	4 год	80	4	8
	5 год	100	4	10
	6 год	100	4	10
Углубленный	1 год	120	4	12
	2 год	120	4	12

2.9. При обучении по программам спортивной подготовки продолжительность одного занятия и недельная нагрузка не может превышать:

Этап спортивной подготовки	Период обучения	Продолжительность одного занятия (мин)	Количество занятий в неделю	Недельная нагрузка (ак. час)
Начальный	1 год	80	3	6
	2 год	80	4	8
	3 год	80	4	8
Тренировочный (этап спортивной специализации)	1 год	120	4	12
	2 год	120	4	12
	3 год	120	6	18
	4 год	120	6	18
	5 год	120	6	18

