

Управление по развитию физической культуры, спорта и молодежной политики  
Администрация города Нижний Тагил

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА  
«ЮПИТЕР»**

ОКПО 52307891, ОГРН 1026601375525, Уральский проспект, д. 65, г. Нижний Тагил, Свердловская область, Россия, 622049  
Телефон: (3435) 23-03-74, Тел/факс: (3435) 23-03-78, E-mail: Jupiter-sport@yandex.ru  
ИНН/КПП 6623001130/662301001  
<https://юпитер.тагилспорт.рф>

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора МАУ ДО «СШОР «Юпитер»

№ 279 от 28 апреля 2023 г.

(приложение № 8)

**ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

г. Нижний Тагил  
2023 г.

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее - Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрировано в Минюсте РФ 26 сентября 2022 г. № 70226), Приказом Минспорта России от 03.08.2022 N 634 "Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», с требованиями Постановлений Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

1.2. Положение вступает в силу с даты, указанной в приказе директора Учреждения и действует до момента изменения (прекращения действия).

1.3. Настоящие Правила регулируют режим занятий обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Юпитер» (далее - Учреждение).

1.4. Иные особенности режима занятий обучающихся, не обозначенные в настоящем Положении, устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

1.5. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися Учреждения.

1.6. Текст Положения размещается на информационном стенде и официальном сайте Учреждения в сети Интернет.

## **2. Режим образовательного процесса**

2.1. В Учреждении реализуются дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта баскетбол, биатлон, бокс, волейбол, легкая атлетика, плавание, тхэквондо, фигурное катание на коньках, футбол, хоккей и дополнительная общеразвивающая программа.

2.2. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа.

2.3. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

2.4. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется в соответствии с требованиями Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

2.5. Расписание учебно-тренировочных занятий утверждается приказом Учреждения с учетом возрастных особенностей обучающихся.

2.6. Учреждение реализует дополнительные общеобразовательные программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.7. Занятия могут проводиться в любой день недели, в том числе в выходные и нерабочие праздничные дни.

2.8. **Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта** (далее - Программы) проводятся в следующем режиме:

2.8.1. Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

2.8.2. Годовой учебно-тренировочный план определяет объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки и иным мероприятиям, распределяет учебно-тренировочное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения.

2.8.3. Программа рассчитана на 52 недели.

2.8.4. Продолжительность 1 занятия – 60 минут (астрономический час).

2.8.5. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации Программы не должна превышать:

на этапе начальной подготовки — двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) — трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства — четырех часов;

на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

2.8.6. При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки продолжительность самостоятельной подготовки составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения.

2.8.7. При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

2.9. *Реализация дополнительной общеразвивающей программы* проводится в следующем режиме:

2.9.1. Программа рассчитана на 44 недели.

2.9.2. Продолжительность 1 занятия составляет 45 минут (1 академический час).

2.9.3. Продолжительность занятий для обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе в неделю составляет до 6 часов.