

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа № 3 Города Томска»

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом

МАУ ДО ДЮСШ № 3

Протокол от 27.01.2021 №3

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МАУ ДО ДЮСШ № 3

А.А. Козин

« 27 » января 20 21 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**

о режиме занятий учащихся и спортсменов

## 1. Общие положения

1.1 Положение о режиме занятий учащихся и спортсменов муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа № 3 Города Томска» (далее - Положение) разработано на основании следующих документов: Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ, Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ, Устав МАУДО ДЮСШ № 3.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся и спортсменов муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа № 3 Города Томска» (далее – Учреждение).

## 2. Режим занятий

2.1. Организация тренировочного процесса в Учреждении регламентируется учебным планом, разрабатываемым Учреждением самостоятельно в соответствии с дополнительными общеобразовательными программами по видам спорта, программами спортивной подготовки, годовым календарным планом, расписанием тренировочных занятий.

2.2. Учебный/тренировочный год начинается 1 сентября календарного года. Если 1 сентября выпадает на выходной день, то в этом случае учебный/тренировочный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного/тренировочного года составляет 52 недели по программам спортивной подготовки, 46 недель по дополнительным предпрофессиональным программам.

2.4. Тренировочный процесс проводится в режиме шестидневной рабочей недели.

Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах:

Этап подготовки		Количество часов в неделю
Начальная подготовка	1 год обучения	6
	2 год обучения	8
Тренировочный	1, 2 год обучения	14
	свыше 2-х лет обучения	20
Совершенствования спортивного мастерства	до года	28
	свыше года	28
Высшего спортивного мастерства	весь период	32

2.5. Начало тренировочных занятий - 8.00 часов, окончание тренировочных занятий с детьми и подростками - 20.00 часов, согласно расписания тренировочных занятий.

2.6. Продолжительность одного тренировочного занятия не может превышать на этапе начальной подготовки 2-х академических часов с обязательным 5 - 10-минутным перерывом для отдыха детей и проветривания помещения; на тренировочном этапе – 3-х академических часов, на этапе совершенствования спортивного мастерства – 4-х академических часов.

2.7. Продолжительность одного академического часа - 45 минут.

2.8. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы Учреждения, а также поездки с обучающимися на соревнования, разрешается только после издания соответствующего приказа директора Учреждения. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет тренер-преподаватель, который назначен приказом директора Учреждения.

2.9. Режим работы Учреждения устанавливается приказом директора Учреждения в начале учебного года. Изменения в режим работы Учреждения в течение учебного года вносятся приказом директора Учреждения в соответствие с нормативно - правовыми документами.