

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа № 3 Города Томска»**

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МАУ ДО СШ № 3
Председатель А.А. Козин
Протокол от 26.04.2023 г. № 03

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО СШ № 3
А.А. Козин
«26» апреля 2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся

Томск
2023 г.

1. Общие положения

1.1 Положение о режиме занятий обучающихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «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 СШ № 3.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «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.

2.4. Тренировочный процесс проводится в режиме шестидневной рабочей недели. Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в астрономических часах:

Этап подготовки		Количество часов в неделю	
		Спортивная гимнастика	Спортивная акробатика
Начальная подготовка	1 год обучения	6	4,5
	2 год обучения	8	6
Тренировочный	1, 2 год обучения	10	10
	3 год обучения	12	12
	4,5 год обучения	14	14
Совершенствования спортивного мастерства	Весь период	18	16
Высшего спортивного мастерства	весь период	32	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 астрономических часов с обязательным 5 - 10-минутным перерывом для отдыха детей и проветривания помещения; на тренировочном этапе — 3-х астрономических часов, на этапе совершенствования спортивного мастерства — 4-х астрономических часов.

2.7. Продолжительность одного астрономического часа - 60 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.