

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа «Закамск»**

Принято
На педагогическом совете
МБУ ДО ДЮСШ «Закамск»
«04» сентября 2017 г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО ДЮСШ «Закамск»
Ю.Н. Росляков
«04» сентября 2017 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

**О режиме занятий обучающихся
в МБУ ДО ДЮСШ «Закамск»**

г. Пермь 2017 г.

1. Учебный год в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Закамск» г. Перми (МБУ ДО ДЮСШ «Закамск») начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа, включая проведение промежуточной и итоговой аттестаций.
2. В соответствии с годовым календарным учебным графиком продолжительность учебного года осуществляется круглогодично из расчета 42 недели учебных занятий непосредственно в условиях МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» и дополнительно 6 недель – в условиях тренировочных мероприятий и по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха.
3. Режим занятий обучающихся в МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» соответствует этапу подготовки и устанавливается расписанием, утверждаемым директором МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.
4. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика обучающихся.
5. В каникулярное время МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы. Обучающиеся учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения учебно-тренировочных занятий, в количестве не менее 8-ми обучающихся на каждого тренера-преподавателя, с условием, что выезд организует сам тренер-преподаватель.
6. Тренировочные занятия начинаются не ранее 08 часов.
7. Окончание занятий в МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» должно быть не позднее 20.00 часов, для обучающихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов.
8. Занятия в МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

9. Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет:

- На этапе начальной подготовке два академических часа
- На тренировочном этапе три академических часа
- На этапе совершенствования спортивного мастерства - четыре часа
- На этапе высшего спортивного мастерства четыре часа

Академический час в МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» составляет 45 минут.

10. После 30–45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся в виде перерывов между упражнениями.

11. В МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» максимальная продолжительность тренировочных занятий в неделю не может превышать:

- 6 часов на этапе начальной подготовки до года обучения;
- 8 часов на этапе начальной подготовки свыше года обучения;
- 10 часов на тренировочном этапе групп начальной специализации первого года;
- 12 часов на тренировочном этапе групп начальной специализации второго года;
- 14 часов на тренировочном этапе групп углубленной специализации первого года;
- 16 часов на тренировочном этапе групп углубленной специализации второго года;
- 18 часов на тренировочном этапе углубленной специализации третьего года;
- 24 часа на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

Общий годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный указанными режимами работы, начиная с учебно-тренировочного этапа подготовки, может быть сокращен не более чем на 25 %.

12. При объединении в одну группу занимающихся, разных по возрасту и спортивной подготовленности, разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов.

13. Продолжительность и длительность каждого занятия определяется государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

14. Иные особенности режима занятий обучающихся в МБУ ДО ДЮСШ «Закамск» устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.