

Режим и формы занятий обучающихся в МАУДО «ДЮСШ»

1. Режим занятий обучающихся в МАУДО «ДЮСШ» (далее – учреждение) устанавливается расписанием, утверждаемым директором учреждения по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм. Время занятий может изменяться в соответствии со временем года и особенностями дополнительных общеобразовательных программ.

2. Учреждение реализует дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности и дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября. Окончательное комплектование объединений и учебной нагрузки тренеров-преподавателей устанавливается на 1 октября. Продолжительность учебного года – 52 недели для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки (42 недели учебно-тренировочных занятий в условиях ДЮСШ и 10 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, учебно-тренировочных сборах и индивидуальной подготовки). Продолжительность учебного года по дополнительным общеразвивающим программам физкультурно-спортивной направленности составляет от 39 до 52 недель.

3. Занятия в объединениях по видам спорта могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом объединения.

4. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.

5. Занятия для несовершеннолетних обучающихся в учреждении начинаются не ранее 8.00 часов. Окончание занятий должно быть не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте от 16 до 18 лет допускается окончание занятий в 21.00 час.

6. Продолжительность каждого учебно-тренировочного занятия определяется государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами и составляет:

- по дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности – 1-2 часа;
- по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки:
 - этап начальной подготовки не более 2-х часов;
 - учебно-тренировочный этап не более 3-х часов;
 - этап совершенствования спортивного мастерства не более 4-х часов;

После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха обучающихся и проветривания помещений. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах для дополнительных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности, в астрономических часах для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки. В зависимости от особенностей ряда объединений занятия могут проходить без перерыва. При проведении занятий с детьми 5-6-летнего возраста продолжительность академического часа может сокращаться до 35 минут. Максимальный количественный состав групп по видам спорта до 30 человек, в зависимости от реализуемой программы.

7. Объем нагрузки на учебно-тренировочном занятии определяется тренером-преподавателем в соответствии с месячным планом и учётом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объёма нагрузки на занятии в соответствии с физиологическими особенностями организма обучающихся. Месячный план составляется на основе содержания и объёмов, рекомендованных примерной программой для системы дополнительного образования детей и рабочей программой по данному виду спорта.

8. При привлечении обучающихся на ступенях основного общего и среднего общего образования к трудовой деятельности режим дня должен организовываться в соответствии с санитарными правилами по содержанию и организации работы лагерей труда и отдыха и гигиенических критериев допустимых условий и видов работ для профессионального обучения и труда подростков.

9. В каникулярное время учреждение может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы и организовывать учебно-производственные бригады.

10. Иные особенности режима занятий обучающихся в учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

11. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, индивидуальные учебно-тренировочные занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в матчевых встречах, соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика обучающихся. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований, фестивалей, турниров по различным видам спорта, командирование команд и отдельных спортсменов на соревнования различного уровня.

Режим учебно-тренировочной работы и наполняемость учебных групп для отделений

Программа подготовки	Период обучения (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав групп (чел.)	Максимальный объём учебно-тренировочной нагрузки (час/нед)
Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности				
«Общая физическая подготовка» (персонифицированное финансирование)	9-10 месяцев	Согласно требований программы		
«Введение в избранный вид спорта» (персонифицированное финансирование)	9-10 месяцев	Согласно требований программы		
Дополнительная образовательная программ спортивной подготовки				
Этап начальной подготовки	1-3 года	Согласно требований программы		
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1-5 лет	Согласно требований программы		
Этап совершенствования спортивного мастерства	Не ограничивается	Согласно требований программы		