



УТВЕРЖДАЮ

Директор МУДО СШОР «Лидер»

 В.И.Максимов

« 31 » августа 2023 года

ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме занятий и правила поведения обучающихся
Муниципального учреждения дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва «Лидер»
(МУДО СШОР «Лидер»)**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Положение о режиме занятий обучающихся Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Лидер»» (далее – Учреждение) составлено в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 30.04.2021 г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- федеральными стандартами по видам спорта «лёгкая атлетика», «спортивная гимнастика» и «художественная гимнастика»;
- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28;
- Уставом МУДО СШОР «Лидер».

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

2.1. Упорядочение организации и проведения учебно-тренировочного процесса в Учреждении;

2.2. Сохранение здоровья обучающихся вследствие соблюдения установленного режима учебно-тренировочного процесса и необходимых мер безопасности.

3. ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ОБУЧАЮЩИХСЯ

3.1. Учебно-тренировочный процесс организуется и проводится в соответствии с дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым в МУДО СШОР «Лидер» видам спорта.

3.2. Организация учебно-тренировочного процесса регламентируется учебным планом, годовым планом-графиком объема тренировочной нагрузки, расписанием учебно-тренировочных занятий, календарным планом спортивных мероприятий Учреждения на текущий год.

3.3. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- работа по индивидуальным планам (для групп ССМ и ВСМ, самостоятельная подготовка);
- теоретические занятия и психологическая подготовка,
- промежуточная аттестация (контрольное тестирование);
- учебно-тренировочные сборы;
- спортивные соревнования и мероприятия;
- медико-восстановительные мероприятия;
- инструкторская и судейская практика.

4. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

4.1. Спортивная подготовка обучающихся по дополнительным образовательным программам осуществляется круглогодично.

Начало учебного года (спортивного сезона) – с 1 января.

4.2. Построение учебно-тренировочного процесса осуществляется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели при 1-разовых тренировках (для групп ССМ и ВСМ – 1-2-х разовых тренировках), из расчета 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы (частично в спортивно-оздоровительном лагере) и дополнительно 6 недель самостоятельных занятий обучающихся в период их активного отдыха.

4.3. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется в соответствии с утверждённой тренировочной нагрузкой тренеров-преподавателей, с учётом загруженности учебно-материальной базы, соблюдения мер безопасности и с учетом режима работы Учреждения.

Начало учебно-тренировочных занятий согласно расписанию, но не ранее 09.00, в отдельных случаях – 08.30.

Окончание учебно-тренировочных занятий согласно расписанию, но не позднее 20.00. Для обучающихся 16 лет и старше допускается проведение занятий до 21.00, в отдельных случаях – до 21.30.

Продолжительность одного часа занятий составляет 60 минут.

4.4. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трёх часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырёх часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства – четырёх часов.

4.5. Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется в соответствии с действующими нормативными документами и локальными нормативными актами.

4.6. При объединении в одну группу обучающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности (разных этапов и годов подготовки), разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух спортивных разрядов, а их количественный состав не должен превышать двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учётом требований федерального стандарта спортивной подготовки по данному виду спорта для более высокого этапа (года) подготовки.

4.7. В период отпуска тренера-преподавателя, обучающиеся занимаются самостоятельно по индивидуальным планам и заданиям, выданным тренером-преподавателем на этот период их спортивной подготовки.

5. ВЕДЕНИЕ УЧЕТА ПОСЕЩАЕМОСТИ ЗАНЯТИЙ

5.1. Учёт посещаемости обучающимися учебно-тренировочных занятий ведется тренерами-преподавателями в автоматизированной информационной системе «Мой спорт».

6. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Обучающиеся ИМЕЮТ ПРАВО:

- заниматься на спортивных сооружениях, принадлежащих Учреждению, пользоваться оборудованием и инвентарем коллективного пользования, спортивной формой, носить эмблему школы, вида спорта;
- на защиту своих прав, достоинства, неприкосновенности личности, социальных интересов;
- свободно обсуждать на своих собраниях все вопросы работы школы, открыто высказывать свое мнение и вносить предложения, получать и передавать необходимую информацию по вопросам деятельности школы.

Обучающиеся ОБЯЗАНЫ:

- регулярно посещать учебно-тренировочные занятия;
- прибывать на учебно-тренировочные занятия в соответствии с утвержденным расписанием без опозданий;
- иметь на учебно-тренировочных занятиях чистую спортивную форму и опрятный внешний вид;
- строго соблюдать меры безопасности на учебно-тренировочных занятиях;
- постоянно повышать свою теоретическую, общую и специальную физическую подготовку, совершенствовать спортивное мастерство;
- выполнять задания тренера-преподавателя, намеченные планы индивидуальных и групповых занятий;
- соблюдать спортивный режим и гигиенические требования;

- сочетать занятия спортом с успешной учебной работой в образовательной школе или другом учебном заведении;
- поддерживать дисциплину, порядок и чистоту в спортивных залах и раздевалках;
- выполнять установленные правила в Учреждении, указания и требования руководителей и тренеров-преподавателей;
- поддерживать и приумножать традиции своего спортивного отделения и школы;
- участвовать в спортивных и других мероприятиях, проводимых спортивной школой;
- строго соблюдать требования медицинского контроля, регулярно проходить диспансеризацию;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и имуществу отделения и школы;
- уважительно относиться ко всем сотрудникам спортивной школы и к своим товарищам.

Обучающимся ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- применять физическую силу по отношению к другим обучающимся для выяснения отношений;
- применять стимулирующие средства и методы, запрещенные для использования в спорте (допинг);
- приносить, передавать или использовать в учреждении оружие, спиртные напитки, наркотики, взрывчатые и токсичные вещества, табачные изделия;
- приносить в школу или распространять среди учащихся порнографическую, экстремистскую и религиозную литературу, иллюстрации, видеоматериалы;
- пропагандировать насилие и жестокость как средство решения общественных, межличностных и национальных отношений.

Ответственность за нарушение правил поведения:

- отстранение от учебно-тренировочного занятия или от участия в соревнованиях;
- исключение из спортивной школы;
- сообщение в органы правопорядка.