

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 4
«30» марта 2017 г.

Утверждено:
Приказ директора МАОУ
ДО ДЮСШ «Росток»
от «31» марта 2017 г. № 27
А.С. Курелюк



**РЕЖИМ И ФОРМА ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
МАОУ ДО ДЮСШ «РОСТОК»**

1. Общие положения.

1.1. Режим и форма занятий обучающихся разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ (ред. от 05.05.2014) «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Минспорта России от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Уставом МАОУ ДО ДЮСШ «Росток».

2. Режим работы и форма занятий.

2.1. Режим работы и формы занятий с обучающимися в Муниципальном автономном образовательном учреждении дополнительного образования детско - юношеской спортивной школе с отделением адаптивной физической культуры «Росток» (далее – ДЮСШ) устанавливается расписанием, утвержденным директором ДЮСШ по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно - гигиенических норм.

2.2. ДЮСШ реализует программы дополнительного образования детей физкультурно - спортивной направленности в течение всего календарного года. Учебный год в учреждении начинается с 1 сентября. Продолжительность учебного занятия при реализации дополнительных общеобразовательных программ рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать:

на спортивно - оздоровительном этапе – 2 часов;

на этапе начальной подготовки – 2 часов;

на тренировочном этапе (этап спортивной специализации) – 3 часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства – 4 часов.

2.3. Продолжительность учебного года составляет 44 недели, в соответствии с учебным планом Учреждения.

2.4. Занятия в отделениях по видам спорта могут проводиться два раза в день по группам, индивидуально или всем составом отделения. В целях массового обучения допускается работа с переменным составом обучающихся только в группах спортивно - оздоровительного этапа и начальной подготовки первого года обучения.

2.5. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни. Ежедневное количество, последовательность учебных занятий определяется расписанием, утвержденным директором Учреждения.

2.6. Занятия для несовершеннолетних обучающихся в ДЮСШ начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00. Для обучающихся в возрасте 16 - 18 лет допускается окончание занятий в 21.00.

2.7. После 30-45 минут теоретических занятий рекомендуется организовывать перерыв длительностью не менее 10 минут.

2.8. Рекомендуемая продолжительность занятий детей в учебные дни – не более 3-х академических часов, в выходные и каникулярные дни – не более 4 академических часов в день.

2.9. Максимальный количественный состав групп по видам спорта - до 30 человек, в зависимости от этапа подготовки.

2.10. В учреждении максимальная продолжительность тренировочных занятий в неделю не может превышать:

Этапы многолетней подготовки	Период обучения (лет)	Минимальная наполняемость групп (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академический час)
1	2	3	4	5
Спортивно-оздоровительный	Весь период	15	30	5
Начальной подготовки	Первый год	15	25	6
	Второй год	14	20	8
	Третий год	14	20	8
Тренировочный	Первый год	12	14	12
	Второй год	12	14	12
	Третий год	10	12	18
	Четвертый год	10	12	18
	Пятый год	8	12	18
Совершенствования спортивного мастерства	Первый год	6	10	24
	Второй год	4	10	24

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

2.12. Объем нагрузки на тренировочном этапе определяется тренером-преподавателем в соответствии с программой, индивидуальным планом и учетом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объема нагрузки на занятия в соответствии с физиологическими особенностями обучающихся. Годовой план составляется на основе содержания и объемов, образовательных программ по данному виду спорта.

2.13. В течение спортивного сезона и в каникулярное время проводятся тренировочные сборы для занимающихся ДЮСШ. Обучающиеся могут выезжать в спортивно - оздоровительные лагеря для продолжения тренировочных занятий.

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

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

2.15. Обучающиеся, освоившие в полном объеме дополнительную общеобразовательную программу данного этапа обучения, переводятся на следующий этап обучения. Основание для перевода обучающихся являются результаты промежуточной аттестации и учет результатов их выступления на официальных спортивных соревнованиях по избранному виду спорта.

3. Заключительные положения.

3.1. Настоящие режим и форма занятий принимаются педсоветом МАОУ ДО ДЮСШ «Росток», имеющим право вносить в него свои изменения и дополнения, утверждаются директором МАОУ ДО ДЮСШ «Росток».

3.2. Настоящий режим вступает в силу с момента его утверждения приказом директора МАОУ ДЮСШ «Росток».