

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа №1»**

Рассмотрено и рекомендовано к утверждению на заседании педагогического совета протокол от 27.08.2019 № 1

Утверждено Приказом директора МАУ ДО «ДЮСШ №1» от 30.08.2019 № 393

**Положение  
о режиме занятий учащихся, муниципального автономного учреждения  
дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа №1»,  
количестве учащихся в группах и их возрастных категориях**

**I. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий учащихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа №1» (далее - Положение) разработано в соответствии с ч. 2 статьи 30 Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», уставом Учреждения.

1.2. Положение регламентирует режим занятий учащихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа №1» (далее – МАУ ДО «ДЮСШ №1»).

1.3. Цель настоящего Положения - обеспечение прав учащихся на дополнительное образование и здоровьесбережение в соответствии с требованиями действующего законодательства.

**II. Режим образовательной деятельности**

2.1. Учебный год в МАУ ДО «ДЮСШ №1» начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенья), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

2.2. Занятия в группах базового уровня сложности подготовки первого года обучения и спортивно-оздоровительных группах, формируемых в начале учебного года, начинаются по мере комплектования, но не позднее 15 октября.

2.3. Продолжительность учебного года - 46 недель тренировочных занятий в условиях ДЮСШ.

2.4. Календарный учебный график ежегодно утверждается приказом директора МАУ ДО «ДЮСШ №1».

2.5 Учебные занятия проводятся по общеразвивающим программам физкультурно-спортивной направленности (СОГ) и предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта (базовый и углубленный уровни сложности).

2.6. Нормативный срок освоения программ:

Общеразвивающие – до 12 лет.

Предпрофессиональные: 8 лет (6 лет для базового уровня и 2 года для углубленного).

Для обучающихся, планирующих поступление в образовательные организации профессионального образования, реализующих основные профессиональные программы в

области физической культуры и спорта, а также ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи, срок освоения программы на углубленном уровне может быть увеличен на 2 года.

2.7. Учебные занятия проводятся в соответствии с расписанием.

2.8. Расписание учебных занятий составляется в соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14», утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41.

Изменение расписания занятий возможно только на основании приказа директора.

2.9. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и уровня сложности подготовки занимающихся и не может превышать (за исключением выходных и каникулярных дней);

- на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов;

- на базовом уровне сложности 1-3 годов обучения - 2 часов;

- на базовом уровне сложности 4-6 годов обучения и углубленном уровне сложности 1-2 годов обучения - 3 часов;

- на углубленном уровне сложности 3-4 годов обучения - 4 часов.

2.9. Продолжительность перерывов между занятиями во всех группах не может быть менее 10 минут. После 30-45 мин. теоретических занятий рекомендуется организовывать перерыв длительностью 10 минут.

2.10. Начало занятий в МАУ ДО «ДЮСШ №1», - не ранее 8.00; окончание – не позднее 20.00. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

2.11. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом директора в соответствии с нормативно-правовыми документами региона в случаях объявления карантина и приостановлением образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха.

2.12. В выходные и праздничные дни МАУ ДО «ДЮСШ №1» работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства РФ.

2.13. Мероприятия, проводимые МАУ ДО «ДЮСШ №1», осуществляются на основании календарного плана физкультурных и спортивных мероприятий.

2.14. Организация летней оздоровительной кампании является продолжением тренировочного процесса. МАУ ДО «ДЮСШ №1» организует работу в летних оздоровительных лагерях и проводит тренировочные сборы в соответствии с расписанием утвержденным приказом.

### III. Количество учащихся в группах и их возрастные категории

#### Легкая атлетика

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ									
	Базовый уровень						Углубленный уровень			
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
									Для поступающих по специальности в Ссузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	10-20	10-20	10-18	8-14	8-14	8-12	8-12	8-12	2-7	2-7
Минимальный возраст для зачисления	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18

## Конькобежный спорт

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ										
	СОГ	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
										Для поступающих по специальности в Суузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	4	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	2	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	184	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	15-20	12-15	12-15	12-15	10-14	10-14	10-12	10-12	10-12	4-8	4-8
Минимальный возраст для зачисления	6	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17

## Полиатлон

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ										
	СОГ	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
										Для поступающих по специальности в Суузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	6	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	3	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	275	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	15-20	12-20	12-18	10-14	10-14	10-12	10-12	4-8	4-8	4-8	4-8
Минимальный возраст для зачисления	6	10	11	12	13	14	15	16	17	17-18	17-18

## Художественная гимнастика

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ										
	СОГ	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
										Для поступающих по специальности в Суузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	4	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	2	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	184	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	15-20	18-20	18-20	16-18	12-14	12-14	10-12	10-12	10-12	4-8	4-8

<b>Минимальный возраст для зачисления</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
---	----------	----------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------

### Дзюдо

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ										
	СОГ	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
										Для поступающих по специальности в Ссузы и ВУЗы	
<b>Количество часов в неделю</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
<b>Количество занятий в неделю</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
<b>Общее количество часов в год</b>	<b>184</b>	<b>276</b>	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>414</b>	<b>414</b>	<b>460</b>	<b>552</b>	<b>598</b>	<b>644</b>
<b>Наполняемость групп</b>	<b>15-20</b>	<b>14-20</b>	<b>14-18</b>	<b>10-14</b>	<b>10-14</b>	<b>10-12</b>	<b>10-12</b>	<b>10-12</b>	<b>10-12</b>	<b>3-7</b>	<b>3-7</b>
<b>Минимальный возраст для зачисления</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>

### Спортивная борьба

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ										
	Базовый уровень						Углубленный уровень				
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год	
										Для поступающих по специальности в Ссузы и ВУЗы	
<b>Количество часов в неделю</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	
<b>Количество занятий в неделю</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	
<b>Общее количество часов в год</b>	<b>276</b>	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>414</b>	<b>414</b>	<b>460</b>	<b>552</b>	<b>598</b>	<b>644</b>	
<b>Наполняемость групп</b>	<b>12-15</b>	<b>12-15</b>	<b>12-15</b>	<b>10-12</b>	<b>10-12</b>	<b>10-12</b>	<b>10-12</b>	<b>10-12</b>	<b>4-8</b>	<b>4-8</b>	
<b>Минимальный возраст для зачисления</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	

### Борьба на поясах

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ										
	Базовый уровень						Углубленный уровень				
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год	
										Для поступающих по специальности в Ссузы и ВУЗы	
<b>Количество часов в неделю</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	



										Для поступающих по специальности в Ссузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	4	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	2	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	184	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	15-20	12-16	12-16	12-16	12-14	12-14	11-12	11-12	11-12	6-10	6-10
Минимальный возраст для зачисления	6	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17

### Спорт лиц с ПОДА (пауэрлифтинг)

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ									
	Базовый уровень						Углубленный уровень			
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
	Для поступающих по специальности в Ссузы и ВУЗы									
Количество часов в неделю	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	4-8	4-8	4-8	4-7	4-7	4-7	3-6	3-6	2-4	2-4
Минимальный возраст для зачисления	10	11	12	13	14	15	16	17	17-18	17-18

### Спорт слепых (пауэрлифтинг)

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ									
	Базовый уровень						Углубленный уровень			
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
	Для поступающих по специальности в Ссузы и ВУЗы									
Количество часов в неделю	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	4-8	4-8	4-8	4-7	4-7	4-7	3-6	3-6	2-4	2-4
Возраст обучающихся	10	11	12	13	14	15	16	17	без ограничений	

## Спорт глухих (пулевая стрельба)

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ									
	Базовый уровень						Углубленный уровень			
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
									Для поступающих по специальности в Суузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	9-12	8-10	8-10	7-9	7-9	6-8	5-6	5-6	4-6	4-6
Возраст обучающихся	10	11	12	13	14	15	16	17	без ограничений	

## Спорт лиц с интеллектуальным нарушением (легкая атлетика)

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ									
	Базовый уровень						Углубленный уровень			
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
									Для поступающих по специальности в Суузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	4-8	4-8	4-8	4-7	4-7	4-7	3-6	3-6	2-4	2-4
Возраст обучающихся	9	10	11	11	12	13	14	15	без ограничений	

## Пауэрлифтинг

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программ									
	Базовый уровень						Углубленный уровень			
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	1 год	2 год	3 год	4 год
									Для поступающих по специальности в Суузы и ВУЗы	
Количество часов в неделю	6	6	8	8	9	9	10	12	13	14
Количество занятий в неделю	4	4	4	4	5	5	5	5	6	6
Общее количество часов в год	276	276	368	368	414	414	460	552	598	644
Наполняемость групп	10-15	10-15	6-12	6-12	6-12	6-12	4-8	4-8	4-8	4-8
Возраст обучающихся	10	11	12	13	14	15	16	17	17-18	17-18

