

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа №1»**

Рассмотрено и рекомендовано к
утверждению на заседании педагогического
совета от 17.04.2023 №6

Утверждено приказом директора
МАУ ДО «Спортивная школа №1»
от 21.04.2023 №181

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

Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий учащихся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа №1» (далее – Положение) разработано в соответствии с частью 2 статьи 30 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»» (далее – СП 2.4.3648-20).

1.2. Положение регламентирует режим занятий учащихся, количество учащихся в группе, их возрастные категория в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа №1» (далее – Учреждение).

1.3. Цель настоящего Положения – обеспечение прав учащихся на дополнительное образование и здоровьесбережение, упорядочение образовательного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами.

2. Режим образовательной деятельности

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

2.2. Продолжительность учебного года 52 недели, в том числе 46 недель непосредственно в условиях Учреждения и 6 недель в условиях оздоровительного лагеря и (или) самостоятельная работа учащихся. Самостоятельная подготовка может составлять не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом.

2.3. Нормативный срок освоения программ:
- программы спортивной подготовки – бессрочно;
- общеобразовательные общеразвивающие программы – 1 год.

2.4. Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в течение всего календарного года, включая каникулярное время, дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности до 31 мая.

2.5. Учебная нагрузка и режим занятий учащихся определяются Учреждением в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

2.6. Календарный учебный график ежегодно утверждается приказом Учреждения.

2.7. Учебные занятия проводятся в соответствии с утвержденным

расписанием — понедельник – воскресенье. Изменение расписания занятий возможно только на основании приказа Учреждения или в случае производственной необходимости.

2.8. Занятия начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00. Для учащихся в возрасте 16 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов. В период праздничных дней осуществляется самостоятельная работа по плану.

2.9. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в астрономических часах и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

на тренировочном этапе (этап спортивной подготовки) – трех часов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного совершенствования мастерства – четырех часов.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности устанавливается в академических часах и не должна превышать двух часов.

2.10. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

2.11. В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

2.12. Промежуточная аттестация учащихся для перевода на следующий этап (период) обучения проводится ежегодно в конце учебного года: апрель-май.

2.13. Повторная промежуточная аттестация для ликвидации академической задолженности проводится повторно в сроки, определяемые педагогическим советом, но не позднее 31 августа.

2.14. Мероприятия, проводимые учреждением, осуществляются на основании календарного плана спортивно-массовых мероприятий, который утверждается приказом Учреждения.

2.15. В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства РФ.

2.16. Организация летней оздоровительной кампании является продолжением учебно-тренировочного процесса – Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях и проводит учебно-тренировочные мероприятия.

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

3. Количество учащихся в группе, их возрастные категории

Футбол

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки								
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап				
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	10	10	12	12	14
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	4	4	4-5	4-5	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	520	520	624	624	728
Наполняемость групп	20	18-28	18-28	18-28	12-20	12-20	10-14	10-14	10-14
Минимальный возраст для зачисления	5	7	8	9	10	10	10	12	12
Спортивные разряды	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Легкая атлетика

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки											
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС		
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год	2 год	3 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	9	9	10	12	12	18	20	20
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	3-4	3-4	4	4-5	4-5	5-6	5-6	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	468	468	520	624	624	936	1040	1040
Наполняемость групп	20	15-20	15-20	15-20	12-16	12-16	12-16	10-16	10-16	2-4	2-4	2-4
Минимальный возраст для зачисления	5	9	10	11	12	12	12	13	13	14	15	15
Спортивные разряды	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	КМС	КМС	КМС

Конькобежный спорт

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	10	10	12	14	14	20
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	3-4	3-4	4-5	4-6	4-5	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	520	520	624	728	728	1040

Наполняемость групп	20	15-24	15-24	13-24	12-20	12-20	12-20	10-20	10-20	4-8
Минимальный возраст для зачисления	5	9	10	11	12	12	12	13	13	14
Спортивные разряды	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	КМС

Художественная гимнастика

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1/2 года
Количество часов в неделю	4	6	6	8	14	14	16	16	18	22
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	4-5	4-5	5-6	4-6	5-6	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	728	728	832	832	936	1144
Наполняемость групп	20	16-24	16-24	16-24	6-12	6-12	6-12	6-12	6-12	6-12
Минимальный возраст для зачисления	5	6	6	6	8	8	10	11	11	12
Спортивные разряды	-	-	-	-	вз	вз	вз	вз	вз	КМС

Дзюдо

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки										
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки				Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	4 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	8	10	10	14	16	16	20
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	4	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	416	520	520	728	832	832	1040
Наполняемость групп	20	15-20	15-20	12-20	12-20	8-12	8-12	8-12	8-12	6-12	1-2
Минимальный возраст для зачисления	5	7	7	8	9	11	11	12	12	13	14
Спортивные разряды	-	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	1 вз

Спортивная борьба

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки				Учебно-тренировочный этап				ГСС
		1 год	2 год	3 год	4 год	1 год	2 год	3 год	4 год	1 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	8	10	10	12	14	20
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	4	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	416	520	520	624	728	1040
Наполняемость групп	20	15-20	15-20	15-20	12-20	10-16	10-16	8-16	8-16	4-8

Минимальный возраст для зачисления	5	7	7	8	9	11	11	12	13	14
Спортивные разряды	-	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	КМС

Борьба на поясах

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	10	10	12	14	14	16
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	520	520	624	728	728	832
Наполняемость групп	20	15-20	15-20	15-20	12-16	12-16	10-16	8-16	8-16	4-8
Минимальный возраст для зачисления	5	10	10	11	12	12	13	14	15	16
Спортивные разряды	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	КМС

Всестилевое каратэ

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	1 год	
Количество часов в неделю	4	6	6	8	10	10	12	14	20	
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6	
Общее количество часов в год	144	312	312	416	520	520	624	728	1040	
Наполняемость групп	20	15-24	15-24	15-20	10-16	10-16	10-16	8-16	3-6	
Минимальный возраст для зачисления	5	7	8	9	10	11	12	13	14	
Спортивные разряды	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	КМС	

Каратэ

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	1 год	
Количество часов в неделю	4	6	6	8	10	10	12	14	20	
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6	
Общее количество часов в год	144	312	312	416	520	520	624	728	1040	
Наполняемость групп	20	15-20	15-20	12-20	12-20	10-16	10-16	10-16	4-8	

Минимальный возраст для зачисления	5	7	8	9	10	11	12	13	14
Спортивные разряды	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	КМС

Спорт лиц с ПОДА (пауэрлифтинг)

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки								
	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3год	4 год	5 год	1год
Количество часов в неделю	6	6	8	8	8	8	10	10	12
Количество занятий в неделю	3	3	4	3-4	3-4	3-4	4-5	4-5	4-5
Общее количество часов в год	312	312	416	416	416	416	520	520	624
Наполняемость групп	3-6	3-6	3-6	3-6	3-6	3-6	3-6	3-6	2-4
Минимальный возраст для зачисления	10	10	11	12	12	13	14	14	15
Спортивные разряды	-	-	-	-	-	-	юн/вз	юн/вз	КМС

Спорт слепых (пауэрлифтинг)

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки								
	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3год	4 год	5 год	1год
Количество часов в неделю	6	6	8	10	12	12	12	12	12
Количество занятий в неделю	3	3	4	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4	3-4
Общее количество часов в год	312	312	416	520	624	624	624	624	624
Наполняемость групп	3-6	3-6	3-6	2-4	2-4	2-4	2-4	2-4	1-2
Минимальный возраст для зачисления	10	10	11	12	12	13	13	14	14
Спортивные разряды	-	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	КМС

Спорт глухих (пулевая стрельба)

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки								
	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3год	4 год	5 год	1год
Количество часов в неделю	6	6	8	12	12	12	14	14	18
Количество занятий в неделю	3	3	4	3-4	3-4	3-4	4-5	4-5	4-5
Общее количество часов в год	312	312	416	624	624	624	728	728	936

Наполняемость групп	9-18	8-16	8-16	6-12	5-10	5-10	4-8	4-8	2-4
Минимальный возраст для зачисления	9	9	11	12	12	13	14	14	15
Спортивные разряды	-	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	КМС

Спорт лиц с интеллектуальным нарушением (легкая атлетика)

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки								ГСС
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап					1 год	
	1 год	2 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год		
Количество часов в неделю	6	8	10	10	12	12	14	20	
Количество занятий в неделю	3	3	3-4	3-4	3-4	3-4	4-5	5-6	
Общее количество часов в год	312	416	520	520	624	624	728	1040	
Наполняемость групп	8-16	6-12	5-10	5-10	5-10	3-6	3-6	1-2	
Минимальный возраст для зачисления	9	10	11	11	11	12	12	13	
Спортивные разряды	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	КМС	

Пауэрлифтинг

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	10	10	12	14	16	20
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	520	520	624	728	832	1040
Наполняемость групп	20	10-16	10-16	10-16	8-12	8-12	8-12	8-12	6-12	3-6
Минимальный возраст для зачисления	5	10	10	11	12	12	13	14	15	16
Спортивные разряды	-	-	-	-	юн	юн	юн	вз	вз	КМС

Пулевая стрельба

Показатель учебной нагрузки	Этапы подготовки									
	СОГ ПФДО	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап					ГСС
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	1 год
Количество часов в неделю	4	6	6	8	12	12	12	14	14	16
Количество занятий в неделю	2/4	3	3	4	3-4	3-4	4-5	5-6	5-6	5-6
Общее количество часов в год	144	312	312	416	624	624	624	728	728	832

Наполняемость групп	20	12-16	12-16	12-16	10-12	10-12	6-12	6-12	6-12	4-8
Минимальный возраст для зачисления	5	9	9	10	11	11	12	13	14	15
Спортивные разряды	-	-	-	-	в3	в3	в3	в3	в3	КМС