Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования

«Топчихинская Детско-юношеская спортивная школа»

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТ:на заседании педагогического советаМКУ ДО «Топчихинская ДЮСШ»Протокол от 20.12.2017 г. № 4 | УТВЕРЖДЕН:приказом директора МКУ ДО «Топчихинская ДЮСШ»Приказ от 22.12.2017 г. № 42-аДиректор \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Э.Д. Колмаков  |

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**в муниципальном казенном учреждении дополнительного образования «Топчихинская Детско-юношеская спортивная школа»**

1. Режим занятий обучающихся в муниципальном казенном учреждении дополнительного образования «Топчихинская Детско-юношеская спортивная школа» (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.
2. Учреждение реализует дополнительные общеобразовательные программы (дополнительные общеразвивающие программы, дополнительные предпрофессиональные программы) физкультурно-спортивной направленности в течение всего календарного года. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября. Окончательное комплектование объединений и учебной нагрузки тренеров-преподавателей устанавливается на 15 октября. Продолжительность учебного года – 52 недели (46 недель учебно-тренировочных занятий в условиях учреждения и 6 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, учебно-тренировочных сборах и индивидуальной подготовки).
3. Занятия в объединениях по видам спорта могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом объединения. В целях массового обучения основам спортивной тренировки допускается работа с переменным составом обучающихся только в группах спортивно-оздоровительного этапа и начальной подготовки первого года обучения.
4. Занятия в учреждении начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.
5. Продолжительность каждого учебно-тренировочного занятия определяется государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами и не может превышать:

на спортивно-оздоровительном этапе – 2-х академических часов;

на этапе начальной подготовки – 2-х академических часов;

на учебно-тренировочном этапе – 3-х академических часов.

После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха обучающихся и проветривания помещений.

6. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах. В зависимости от особенностей ряда объединений занятия могут проходить без перерыва. При проведении занятий с детьми 5-6-летнего возраста продолжительность академического часа составляет 30 минут. Максимальный количественный состав групп по видам спорта до 30 человек, в зависимости от этапа подготовки.

7. Объём 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. В каникулярное время учреждение может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы.

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

10. 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.