

Приложение № 9 к Приказу  
от 16.05.2025 № 422-09

УТВЕРЖДАЮ  
директор МАУДО «СШОР «ЦЗВС»

«16» мая 2025 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий, обучающихся**  
**в муниципальном автономном учреждении**  
**дополнительного образования города Новосибирска**  
**«Спортивная школа олимпийского резерва**  
**«Центр зимних видов спорта»**  
**(МАУДО «СШОР «ЦЗВС»)**

**1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Новосибирска «Спортивная школа олимпийского резерва «Центр зимних видов спорта» (далее - Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта РФ от 3 августа 2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки».

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий, обучающихся в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Новосибирска «Спортивная школа олимпийского резерва «Центр зимних видов спорта» (МАУДО «СШОР «ЦЗВС»)) (далее – Учреждение).

1.3. Ответственность за соблюдение требований, установленных настоящим Положением, возлагается на начальников отделов по видам спорта, тренеров-преподавателей, инструкторов-методистов Учреждения.

**2. Организация учебно-тренировочной деятельности**

2.1. Организация и осуществление учебно-тренировочной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки проводятся с учетом особенностей организации непрерывного учебно-тренировочного процесса, комплектования учебно-тренировочных групп, организации и проведения промежуточной аттестации.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

2.2. Учебный год в Учреждении начинается с 1 сентября. Продолжительность учебного года составляет 52 недели.

2.3. Основными формами учебно-тренировочной деятельности являются:

- учебно-тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей обучающихся;
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам (ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом Учреждения);
- групповые теоретические занятия;
- учебно-тренировочные мероприятия;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия.

### 3. Режим занятий обучающихся

3.1. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся спортивным отделом по предоставлению предварительных расписаний педагогических работников (тренеров-преподавателей, инструкторов по спорту) и утверждается директором Учреждения с учетом возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

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 учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;

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

3.2. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 08.00 часов и заканчиваются не позднее 20.00 часов (для обучающихся от 16 лет и старше – не позднее 21.00 часов).

3.3. При необходимости учебно-тренировочные занятия проводятся одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта - трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий и (или) двух лет по возрасту;
- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.