

I. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в Государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Костромской области «Спортивная школа олимпийского резерва имени олимпийского чемпиона Александра Вячеславовича Голубева» (далее – Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 3 августа 2022 года № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24 ноября 2022 года № 1072 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «шашки», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий, обучающихся в Государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Костромской области «Спортивная школа олимпийского резерва имени олимпийского чемпиона Александра Вячеславовича Голубева» (далее – ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева»).

1.3. Режим занятий обучающихся действует в течение учебного года. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева».

1.4. Настоящее Положение регламентирует функционирование МБУ ДО г. Костромы «СШ № 10» в период организации образовательного процесса, каникул, летнего отдыха и оздоровления.

II. Режим образовательного процесса

2.1. Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта, культивируемым в ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» рассчитаны на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

2.2. Дополнительные общеобразовательные программы по видам спорта культивируемым в ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» рассчитана на 36 недель в год.

2.3. Окончание учебного года по дополнительным образовательным

программам спортивной подготовки - 31 августа текущего года.

2.4. Окончание учебного года по дополнительным общеобразовательным программам – 30 июня текущего года.

2.5. Если 01 сентября приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.6. Для обучающихся спортивно-оздоровительных групп набор в группы может быть продлен до 1 октября при наличии свободных мест.

2.7. Учебно-тренировочные занятия в ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» начинаются в 8.00 час., заканчиваются в 21.00 час.

2.8. По дополнительным образовательным программам спортивной подготовки учебно-тренировочный процесс проводится в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут).

2.9. При организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, учебно-тренировочный процесс осуществляется исходя из академического часа (45 минут).

2.10. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по видам спорта культивируемым в ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» устанавливается в 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;

на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

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

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

2.11. Максимально допустимая нагрузка при реализации дополнительных общеобразовательных программ в течении дня составляет на спортивно-оздоровительном этапе – 2 академических часа – 90 минут.

2.12. Занятия в ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» могут проводиться в любой день недели, включая субботу и воскресенье, и дни каникул.

2.13. Режим учебно-тренировочных занятий соответствует и устанавливается расписанием, утверждаемым директором ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» по представлению тренеров-преподавателей с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

2.14. Изменения в расписание допускаются по производственной необходимости (больничный лист, курсовая подготовка, участие в семинарах и мероприятиях и т.д.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха по приказу ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева».

2.15. Регламентирование образовательного процесса на неделю:

2.15.1. Продолжительность учебной рабочей недели по дополнительным общеобразовательным программам:

- учебная нагрузка в спортивно-оздоровительных группах:

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Срок освоения программы: 36 недель в год.

Наполняемость учебных групп: составляет 15-20 человек.

2.15.2. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «конькобежный спорт», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 1.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	от 9	от 12
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	от 12	от 10
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	от 14	от 4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	от 15	от 2

2.15.3. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лёгкая атлетика», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 2.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	9	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	2-5	12	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	2
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1

2.15.4. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 3.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	4	7	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-4	11	8
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	2

2.15.5. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «пулевая стрельба», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 4.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2-3	от 9	от 8
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	от 11	от 6
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	от 13	от 3
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	от 14	от 2

2.15.6. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках» сроки

реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 5.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	от 6	от 10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	от 7	от 5
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	от 13	от 3
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	от 14	от 1

2.15.7. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «хоккей», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 6.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	от 8	от 14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	от 11	от 10
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	от 15	от 6
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	от 17	от 3

2.15.8. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «хоккей с мячом», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 7.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	7	14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	10	10
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	6
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	3

2.15.9. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «хоккей на траве», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 8.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	от 9	от 15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	от 12	от 12
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	от 15	от 8
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	от 16	от 6

2.15.10. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «бейсбол», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 9.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную	Наполняемость (человек)

	подготовки (лет)	подготовку (лет)		
Этап начальной подготовки	3	8	до года	12
			свыше года	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	11	15	
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	14	4	
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	2	

2.15.11. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «футбол», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 10.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	7	14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4-5	10	12
Этап совершенствования Спортивного мастерства	не ограничивается	14	6
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	16	4

2.15.12. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 11.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной	3	9	12

подготовки			
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	12	10
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	15	4
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	17	1

2.15.13. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «гребля на байдарках и каноэ», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 12.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2-3	9	11
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	11	8
Этап совершенствования Спортивного мастерства	не ограничивается	14	3
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	1

2.15.14. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными отклонениями», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 13.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Периоды спортивной подготовки	Наполняемость (человек)
Для спортивной дисциплины академическая гребля				
Этап начальной	не	10	До года	8

подготовки	ограничивается		Свыше года	7
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	16	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	17	Все периоды	1
Для спортивной дисциплины велоспорт - шоссе				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1
Для спортивных дисциплин: бег на короткие дистанции, бег на средние дистанции, бег на длинные дистанции, метание, прыжок, толкание, многоборье, ходьба, кросс				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	До года	8
			Свыше года	6
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	11	До года	5
			Второй и третий годы	4
			Четвертый и последующие годы	3
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	Все периоды	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	Все периоды	1

2.15.15. По дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с нарушением опорно – двигательного аппарата», сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки в таблице № 14.

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Функциональные группы	Наполняемость (человек)
Для спортивной дисциплины академическая гребля				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	10	III	6
			II	4
			I	3
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	12	III	4
			II	3
			I	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	16	III	2
			II	2
			I	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	17	III	1
			II	1
			I	1
Для спортивной дисциплины бадминтон				
Этап начальной подготовки	не ограничивается	8	III	6
			II	4
			I	3
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	9	III	4
			II	3
			I	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	III	2
			II	2
			I	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	14	III	1
			II	
			I	
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании словосочетание «легкая атлетика»				

Этап начальной подготовки	не ограничивается	9	III	6
			II	4
			I	3
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	не ограничивается	10	III	4
			II	3
			I	2
Этап совершенствования спортивного мастерства	не ограничивается	13	III	2
			II	2
			I	1
Этап высшего спортивного мастерства	не ограничивается	15	III	1
			II	
			I	

III. Заключительные положения.

3.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента его подписания.

3.2. Изменения или дополнения в настоящее Положение вносятся путем издания приказа ГБУ ДО КО «СШОР им.А.В.Голубева» о внесении изменений или дополнений.