

ПРИНЯТ
На совета
МБОУ ДО ДЮСШ «Феникс»
Протокол № 1 от « 16 » 01 2015 г.



УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МБОУ ДО
ДЮСШ «Феникс»

И.А. Фомин

« 16 » 01 2015г. № 7-А

Режим и формы занятий обучающихся

в МБОУ ДО "ДЮСШ "Феникс"

1. Режим занятий обучающихся в муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования "ДЮСШ "Феникс" (далее – учреждение) устанавливается расписанием, утверждаемым директором учреждения по представлению педагогических работников с учетом пожеланий учащихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся, возрастных особенностей учащихся и установленных санитарно-гигиенических норм.
2. Учреждение реализует программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября. Окончательное комплектование объединений и учебной нагрузки тренеров-преподавателей устанавливается на 1 октября. Продолжительность учебного года – 52 недели (46 недель учебно-тренировочных занятий в условиях ДЮСШ и 6 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, учебно-тренировочных сборах и индивидуальной подготовки).
3. Занятия в секциях 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 могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.
5. Занятия для несовершеннолетних обучающихся в учреждении начинаются не ранее 8.00. Окончание занятий должно быть не позднее 20.00.
6. Продолжительность каждого учебно-тренировочного занятия определяется государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами и составляет:
 - на спортивно-оздоровительном этапе - 1, 2 академических часа;
 - на этапе начальной подготовки - 2,3 академических часа;
 - на учебно-тренировочном этапе - 3 академических часа.

После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха обучающихся и проветривания помещений. 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 может сокращаться до 30 минут. Максимальный количественный состав групп по видам спорта от 15 до 35 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. При привлечении обучающихся на ступенях основного общего и среднего общего образования к трудовой деятельности режим дня должен организовываться в соответствии с санитарными правилами по содержанию и организации работы лагерей труда и отдыха и гигиенических критериев допустимых условий и видов работ для профессионального обучения и труда подростков.

9. В каникулярное время учреждение может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы. Обучающиеся учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения учебно-тренировочных занятий, в количестве не менее 8-ми обучающихся на каждого тренера-преподавателя.

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

11. 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.