

Управление образования Ирбитского МО  
муниципальное образовательное учреждение дополнительного  
образования  
Спортивная школа «Уралец»

**ПРИНЯТО**

На заседании Педагогического совета  
Протокол № 3 от 06.03.2026 года



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

Приказ № 81/1-ОД

Ю.А. Дёмина

от 06.03.2026 года

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий**  
**(новая редакция)**

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение устанавливает режим занятий учащихся в муниципальном образовательном учреждении дополнительного образования Спортивной школе «Уралец» (далее «МОУ ДО Спортивная школа «Уралец»).

1.2. Положение о режиме занятий обучающихся (далее - Положение) разработано в соответствии:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный закон от 30.04.2021г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Приказ Минспорта России от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- дополнительными образовательными программами МОУ ДО Спортивная школа «Уралец»;
- СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года №28;
- Уставом учреждения.

1.3. Настоящее положение регламентирует функционирование МОУ ДО Спортивная школа «Уралец» в период организации образовательного процесса, каникул, летнего отдыха и оздоровления. Изменение режима занятий возможно только на основании приказа.

1.4. Образовательный процесс регламентируется Уставом Учреждения, настоящим Положением и иными локальными нормативными актами, включая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта, дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно – спортивной направленности, дополнительные адаптированные общеразвивающие программы физкультурно – спортивной направленности.

1.5. Расписание занятий составляется администрацией МОУ ДО Спортивная школа «Уралец» для создания наиболее благоприятного режима занятий учащихся по представлению тренеров-преподавателей с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей учащихся и установленных санитарно-гигиенических норм и утверждается приказом директора МОУ ДО Спортивная школа «Уралец».

1.6. Настоящее Положение утверждается педагогическим советом учреждения, имеющим право вносить в него изменения и дополнения, и утверждается директором.

## **2. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВРЕМЯ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

2.1. Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом, календарным планом графиком, расписанием учебных занятий, календарем спортивно-массовых и воспитательных мероприятий.

2.2. **Начало учебного года:** 1 сентября.

Окончание учебного года:

- для групп спортивной подготовки - 31 августа;
- для общеобразовательных общеразвивающих групп (40-недельная программ) — 20 июня

- для общеобразовательных общеразвивающих групп (36-недельная программа), адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программы «АФК», адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программы «Непоседы» – 31 мая.

2.3. **Продолжительность учебного года:**

- для групп спортивной подготовки – 52 учебные недели с учётом самостоятельной работы и восстановительных мероприятий.

- для общеобразовательных общеразвивающих групп — 40 учебных недель;

- для общеобразовательных общеразвивающих групп— 36 недель;

- адаптированных общеобразовательных общеразвивающих групп — 36 недель.

2.4. **Продолжительность одного учебного часа:**

- для групп спортивной подготовки — 60 минут;

- для общеобразовательных общеразвивающих групп, адаптированных общеобразовательных общеразвивающих групп — 45 минут;

- адаптированных общеобразовательных общеразвивающих групп 5-7 лет «Непоседы» — 25 минут.

Перерыв между учебными часами 10 минут.

2.5. **Продолжительность одного учебного занятия** на этапе начального обучения спортивной подготовки, в общеобразовательных общеразвивающих группах, адаптированных общеобразовательных общеразвивающих группах, адаптированных общеобразовательных общеразвивающих группах 5-7 лет не должна превышать 2-х учебных часов.

Продолжительность одного учебного занятия на учебно – тренировочном этапе (этапе спортивного совершенствования) не должна превышать 3-х часов.

Продолжительность одного учебного занятия на этапе спортивного совершенствования не должна превышать 4 – х часов.

2.6. **Режим работы:** 6 дневная рабочая неделя.

**Время проведения занятий:** с 8.00 до 20.00 для учащихся до 16 лет

**Время проведения занятий:** с 8.00 до 21.00. для учащихся старше 16 лет.

2.7. **Количество обучающихся в группах (объединениях):**

— спортивной подготовки в соответствии Федеральными стандартами спортивной подготовки и образовательными программами спортивной школы МОУ ДО спортивной школы «Уралец» и зависит от вида спорта и этапа

### **3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВРЕМЯ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

3.1. Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом, календарным планом графиком, расписанием учебных занятий, календарем спортивно-массовых и воспитательных мероприятий.

3.2. **Начало учебного года:** 1 сентября.

Окончание учебного года:

- для групп спортивной подготовки - 31 августа;
- для общеобразовательных общеразвивающих групп (40-недельная программ) — 20 июня

- для общеобразовательных общеразвивающих групп (36-недельная программа), адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программы «АФК», адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программы «Непоседы» – 31 мая.

3.3. **Продолжительность учебного года:**

- для групп спортивной подготовки – 52 учебные недели с учётом самостоятельной работы и восстановительных мероприятий. Продолжительность учебного часа 60 минут;

- для общеобразовательных общеразвивающих групп — 40 учебных недель;

- для общеобразовательных общеразвивающих групп— 36 недель;

- адаптированных общеобразовательных общеразвивающих групп — 36 недель.

3.4. **Продолжительность одного учебного часа:**

- для групп спортивной подготовки — 60 минут;

- для общеобразовательных общеразвивающих групп, адаптированных общеобразовательных общеразвивающих групп — 45 минут;

- адаптированных общеобразовательных общеразвивающих групп 5-7 лет «Непоседы» — 25 минут.

Перерыв между учебными часами 10 минут.

3.5. **Продолжительность одного учебного занятия** на этапе начального обучения спортивной подготовки, в общеобразовательных общеразвивающих группах, адаптированных общеобразовательных общеразвивающих группах, адаптированных общеобразовательных общеразвивающих группах 5-7 лет не должна превышать 2-х учебных часов.

Продолжительность одного учебного занятия на учебно – тренировочном этапе (этапе спортивного совершенствования) не должна превышать 3-х часов.

Продолжительность одного учебного занятия на этапе совершенствования спортивного мастерства не должна превышать 4-х часов.

3.6. **Режим работы:** 6 дневная рабочая неделя.

**Время проведения занятий:** с 8.00 до 20.00 для учащихся до 16 лет

**Время проведения занятий:** с 8.00 до 21.00. для учащихся старше 16 лет.

3.7. **Количество обучающихся (наполняемость), возраст и объем учебной нагрузки в группах (объединениях).**

**Дополнительные образовательные программы спортивной**

### ***Баскетбол***

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	8	15	6
НП -2 год	8	15	6
НП -3 год	8	15	8
УТГ -1 год	11	12	10
УТГ-2 год	11	12	10
УТГ -3 год	11	12	12
УТГ -4 год	11	12	12
УТГ -5 год	11	12	14
Спортивное совершенствование	14	6	16

### ***Волейбол***

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	8	14	6
НП -2 год	8	14	6
НП -3 год	8	14	8
УТГ -1 год	11	12	10
УТГ-2 год	11	12	10
УТГ -3 год	11	12	12
УТГ -4 год	11	12	12
УТГ -5 год	11	12	14
Спортивное совершенствование	14	6	18

### ***Футбол***

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	7	14	6
НП -2 год	7	14	6
НП -3 год	7	14	8
УТГ -1 год	10	12	10
УТГ-2 год	10	12	10
УТГ -3 год	10	12	12
УТГ -4 год	10	12	12
УТГ -5 год	10	12	14
Спортивное совершенствование	14	6	16

### ***Настольный теннис***

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	7	10	6
НП -2 год	7	10	8
УТГ -1 год	8	8	12
УТГ-2 год	8	8	12
УТГ -3 год	8	8	12
УТГ -4 год	8	8	16
УТГ -5 год	8	8	16
Спортивное совершенствование	13	4	20

### ***Самбо***

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	10	12	6
НП -2 год	10	12	6
НП -3 год	10	12	8
УТГ -1 год	12	6	10
УТГ-2 год	12	6	10
УТГ -3 год	12	6	12
УТГ -4 год	12	6	12
Спортивное совершенствование	14	2	18

### ***Шахматы***

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	6	10	6
НП -2 год	7	10	8
УТГ -1 год	8	6	12
УТГ-2 год	8	6	12
УТГ -3 год	8	6	14
УТГ -4 год	8	6	16
Спортивное совершенствование	10	2	20

### ***Лыжные гонки***

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	9	12	6
НП -2 год	9	12	6
НП -3 год	9	12	8
УТГ -1 год	12	10	12
УТГ-2 год	12	10	12
УТГ -3 год	12	10	14
УТГ -4 год	12	10	16
УТГ -5 год	12	10	18
Спортивное совершенствование	15	4	20

### *Легкая атлетика*

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	9	10	6
НП -2 год	9	10	6
НП -3 год	9	10	8
УТГ -1 год	12	8	10
УТГ-2 год	12	8	10
УТГ -3 год	12	8	12
УТГ -4 год	12	8	14
УТГ -5 год	12	8	16
Спортивное совершенствование	14	2	18

### *Плавание*

Этап подготовки	минимальный возраст для зачисления	количество детей в группе	количество часов нагрузки
НП-1 год	7	15	6
НП -2 год	7	15	8
УТГ -1 год	9	12	12
УТГ-2 год	9	12	12
УТГ -3 год	9	12	14
УТГ -4 год	9	12	16
УТГ -5 год	9	12	16
Спортивное совершенствование	12	7	20

### ***Общеобразовательные общеразвивающие группы (объединения).***

Минимальный возраст зачисления – 8 лет, количество детей в группе – 15-20, количество часов нагрузки – 6 или 4.

***Адаптированные общеобразовательные общеразвивающие группы (объединения).*** Минимальный возраст зачисления – 5 лет, количество детей в группе – 5 до 10, (учёт нозологии и индивидуальных особенностей), количество часов нагрузки — 4 или 6.

3.8. Учебно-тренировочный процесс проводится в соответствии с

годовым учебно-тренировочным планом. Самостоятельная подготовка может составлять от 10% до 20% от общего количества часов, предусмотренных планом.

### **3.9. Возраст обучающихся:**

— на спортивной подготовке в соответствии Федеральными стандартами спортивной подготовки и образовательными программами спортивной школы МОУ ДО спортивной школы «Уралец» и зависит от вида спорта и этапа подготовки;

— общеобразовательной общеразвивающей программе с 8 до 18 лет;

— адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программе с 8 лет;

— адаптированной общеобразовательной общеразвивающей программе «Непоседы» с 5 до 7 лет.

**При комплектовании** учебно-тренировочных групп Учреждение:

— формирует группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки;

— учитывает возможность перевода обучающихся из других организаций;

— определяет максимальную наполняемость групп с учётом федерального стандарта спортивной подготовки (не более двукратного количества обучающихся).

**3.10. Занятия начинаются и заканчиваются** по времени, утвержденному директором в расписании учебных занятий.

3.11. Организацию образовательного процесса осуществляют администрация и педагогические работники в соответствии с должностными инструкциями.

3.12. Тренерам-преподавателям категорически запрещается впускать в помещения посторонних лиц без предварительного разрешения директора спортивной школы, а в случае его отсутствия - заместителя директора.

3.13. Педагогическим работникам категорически запрещается вести прием родителей во время учебных занятий.

3.14. Прием родителей (законных представителей) директором МОУ ДО Спортивная школа «Уралец» и заместителями директора осуществляется с понедельника по пятницу в течении рабочего времени.

3.15. Запрещается отпускать учащихся с занятия раньше времени окончания занятия.

3.16. Запрещается удаление учащихся с места занятий, моральное или физическое воздействие на учащихся.

3.17. Тренер-преподаватель, по окончанию занятий, выводит детей из зала в раздевалку и присутствует там до ухода из здания всех учащихся группы.

3.18. Изменения в расписании занятий допускается по производственной необходимости (больничный лист, курсовая подготовка, участие в семинарах и мероприятиях и др.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха только по приказу директора.

3.19. В период каникул могут организовываться учебно – тренировочные мероприятия (сборы), самостоятельная работа по утвержденному плану.

#### **4. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.**

4.1. Учебно-тренировочная деятельность и образовательная деятельность должна учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся.

4.2. Организация ежегодных углубленных осмотров на обучении по программам спортивной подготовки и ежегодный медицинский осмотр терапевта на общеобразовательных общеразвивающих программах физкультурно – спортивной направленности.

4.3. Организация соревновательной деятельности в выходные и праздничные дни, или согласно регламента соревнований.

4.4. Проведение соревнований, участие в соревнованиях, экскурсиях, походах с учащимися разрешается только после издания соответствующего приказа директора.

4.5. Организация и своевременное проведение инструктажей и разъяснительная работа с обучающимися тренерами – преподавателями для обеспечения безопасности образовательного процесса.

4.6. Формы воспитательной работы:

- чествование выпускников;
- просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- экскурсии, культпоходы в театры и на выставки;
- тематические диспуты и беседы;
- субботники;
- совместные физкультурно – спортивные мероприятия с родителями;
- походы;
- разъяснительные беседы, теоретические занятия о вреде и последствиях допинговых средств, табакокурения, алкоголя.

#### **5. РЕЖИМ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОВОЙ АТТЕСТАЦИИ.**

5.1. Обучение на дополнительной образовательной программе спортивной подготовки подразумевает промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится на этапах спортивной подготовки:

—этап начального обучения;

—учебно – тренировочный этап (этап спортивной специализации);

—этап совершенствования спортивного мастерства

Аттестация включает в себя сдачу контрольно – переводных нормативов по общей и специальной физической подготовке, выполнение требований спортивной квалификации и проводится конце учебного года с 15 мая по 15

июня.

5.2. Итоговая аттестация учащихся проводится по окончании этапа спортивной подготовки и образовательной программы.

5.3. На обучении по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам, дополнительным адаптированным общеобразовательным общеразвивающим программам не предусмотрено аттестации. Предусмотрен контроль усвоения программы, уровень (личностный, предметный, метапредметный) и динамика развития физических качеств.

**Лист ознакомления с «Положением о режиме занятий».**

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Дата ознакомления</b>	<b>Подпись</b>
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			

