

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом МБУ ДО СШОР «Юпитер»  
по настольному теннису г. Челябинска  
от 27.07.2023 г. № 76

**ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования  
«Спортивная школа олимпийского резерва «Юпитер»  
по настольному теннису» города Челябинска**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с ч. 2 ст. 30 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" № 273-ФЗ от 29.12.2012 г., утвержденными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки, Уставом Учреждения, санитарными правилами 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 учебно-тренировочных занятий обучающихся в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва «Юпитер» по настольному теннису» города Челябинска (далее по тексту – Учреждение).

**II. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

2.1. Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта в течение всего календарного года.

2.2. Учебный год в Учреждении начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря.

2.3. В течение года могут проводиться учебно-тренировочные мероприятия (сборы).

2.4. Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта (далее — Программы) в течение всего календарного года. Учебный год в Учреждении начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря.

2.5. Продолжительность учебного года составляет 52 недели в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом Учреждения, определяющим годовой, еженедельный объем учебно-тренировочной нагрузки.

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

2.7. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки в обязательном порядке осуществляется на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства.

2.8. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с расписанием (еженедельным графиком проведения занятий по группам подготовки), утвержденным директором Учреждения.

2.9. Учет объема и интенсивности учебно-тренировочной работы по неделям ведут тренеры-преподаватели в журналах учебно-тренировочных групп.

2.10. Врачебный контроль за обучающимися осуществляется в областном врачебно-физкультурном диспансером.

2.11. Возрастной диапазон обучающихся в Учреждении: от 7 лет и старше.

2.12. Учебно-тренировочные занятия для несовершеннолетних обучающихся в Учреждении начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 20.00. Для несовершеннолетних обучающихся в возрасте 16-18 лет и совершеннолетних обучающихся учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 08.00 и заканчиваются не позднее 21.00.

2.13. Продолжительность учебно-тренировочных занятий устанавливается исходя из недельного объёма учебно-тренировочной нагрузки. При составлении расписания учебно-тренировочных занятий (тренировок) продолжительность одного занятия рассчитывается в астрономических часах.

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

2.15. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки 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 - трех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - трех часов.

2.16. Учебно-тренировочные занятия могут проходить в любой день недели, включая воскресенье.

2.17. Учреждение проводит (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп по программам спортивной подготовки «настольный теннис», «спорт глухих (настольный теннис)» и «спорт лиц с поражением ОДА (настольный теннис)» при соблюдении следующих условий:

- непревышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- непревышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

2.18. Необходимые изменения расписания учебно-тренировочных занятий оформляются приказом директора Учреждения. Самовольные изменения расписания тренерами-преподавателями не допускаются.

2.19. Учебно-тренировочные занятия приостанавливаются по приказу директора Учреждения:

- в периоды объявления карантинных;
- в связи с низким температурным режимом;
- другими чрезвычайными обстоятельствами.

### **III. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

3.1. Срок действия данного Положения не ограничен. Положение действует до принятия нового.