

Рассмотрено и одобрено
на заседании
педагогического совета
протокол №1 от «12» января 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО «СШ №12»
Р.Р. Арсланов
Приказ №1/1 от «13» января 2026 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся в Муниципальном автономном
учреждении дополнительного образования города Набережные Челны
«Спортивной школе №12»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее Положение) регламентирует режим занятий обучающихся, количество обучающихся в группе, их возрастные категории, а также продолжительность учебно-тренировочных занятий в МАУДО «СШ №12» (далее – Учреждение).

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

– Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

– Федеральным законом от 30.04.2021 № 127-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «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» (с изменениями на 30 мая 2023 года №392);

– Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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»;

– Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2;

– Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановлением кабинета Министров Республики Татарстан от 25.09.2018 №853 «Об условиях оплаты труда работников государственных физкультурных спортивных организаций, осуществляющих подготовку спортивного резерва в Республике Татарстан»;

– Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спортивная гимнастика», приказ Министерства спорта РФ №953 от 09.11.2022 г.;

– Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика», приказ Министерства спорта РФ №984 от 15.11.2022 г.

1.3. Действие Положения распространяется на всех участников образовательных отношений.

1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Учреждения в сети Интернет.

2. Режим и продолжительность учебно-тренировочных процесса

2.1. Учреждение обеспечивает учебно-тренировочный процесс посредством реализации дополнительных общеразвивающих программ и дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, направленных на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации систематического участия указанных лиц в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения их в состав спортивных сборных команд.

2.2. При реализации дополнительных образовательных программ применяются следующие формы обучения:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- учебно-тренировочные мероприятия;
- спортивные соревнования.

2.3. Учебно-тренировочный год в Учреждении начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа.

2.4. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год, включая самостоятельную подготовку по индивидуальным планам спортивной подготовки продолжительностью не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса.

2.5. Продолжительность учебно-тренировочного года при реализации дополнительных общеразвивающих программ определяется образовательными программами, разработанными и утвержденными Учреждением самостоятельно.

2.6. Годовой объем учебно-тренировочной нагрузки, предусмотренный указанными режимами нагрузки (работы), начиная с учебно-тренировочного этапа подготовки, может быть сокращен не более чем на 25%.

2.7. Учебно-тренировочный год в Учреждении начинается 1 сентября. Занятия в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки первого года обучения, формируемых в начале учебно-тренировочного года, начинаются по мере комплектования, но не позднее 1 октября.

2.8. При объединении в одну группу обучающихся по возрасту разница в уровне подготовки обучающихся не должна превышать двух спортивных разрядов и или спортивных званий, а их количественный состав на этапе высшего спортивного мастерства не должен превышать 8 человек, спортивного совершенствования – 12 человек, учебно-тренировочного – 16 человек для обучающихся свыше двух лет и 20 человек – для обучающихся менее двух лет с учетом правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

2.9. В видах спорта спортивная и художественная гимнастика кроме основного тренера-преподавателя может привлекаться второй тренер-преподаватель по следующим разделам программы: хореография, акробатика, при условии одновременной работы тренеров-преподавателей со спортсменом.

2.10. Учреждение проводит учебно-тренировочный процесс для обучающихся, осваивающих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной тренировки, рассчитанным исходя из астрономического часа 60 мин. Устанавливается шестидневная рабочая неделя с одним выходным днем.

2.11. Для обучающихся, осваивающих дополнительные общеразвивающие программы в соответствии с учебно-тренировочным планом, рассчитанным из академических часов. Продолжительность одного академического часа составляется с учетом возрастных нормативов согласно дополнительным общеразвивающим программам. Норма часов учебно-тренировочной работы устанавливается в астрономических часах, включая короткие перерывы между учебно-тренировочными занятиями, а также время до и после них, в которое входит время сопровождения группы на занятие и с занятия. Продолжительность учебной недели: шестидневная рабочая неделя с одним выходным днем.

2.12. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению педагогического состава в целях установления оптимального и наиболее благоприятного режима занятий, отдыха обучающихся, обучения их в образовательных и других учреждениях, с учетом возрастных особенностей обучающихся. Начало

учебно-тренировочных занятий не ранее 8.00 часов утра, окончание не позднее 20.00 часов. Для спортсменов в возрасте 10-18 лет допускается окончание занятий в 21.00.

2.13. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия для обучающихся, осваивающих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, устанавливается в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта и не может превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства – четырех часов.

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

2.14. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия для обучающихся, осваивающих дополнительные общеразвивающие программы не более 2 академических часов.

2.15. В каникулярное время учебно-тренировочные занятия продолжаются. Возможно установление нового расписания на период каникул.

2.16. Объем учебно-тренировочной нагрузки определяется дополнительными образовательными программами по видам спорта в соответствии с постановлением Кабинета Министров Республики Татарстан от 25.09.2018 № 853 «Об условиях оплаты труда работников государственных физкультурно-спортивных организаций, осуществляющих подготовку спортивного резерва в РТ».

Вид спорта	Спортивно - оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап					Этап ССМ		Этап ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	Весь период
Легкая атлетика	4	6	9	12	14	16	18	20	24	26	32
Дзюдо	4	6	9	10	12	14	16	18	20	22	28
Кикбоксинг	4	6	9	12	12	14	14	16	20	20	28
Спортивное ориентирование	4	6	9	12	14	16	18	20	24	28	32
Киокусинкай	4	6	9	12	12	18	18	0	24	24	32

2.17. Ведение журналов учета учебно-тренировочных занятий, спортивных достижений лиц, проходящих дополнительные образовательные

программы спортивной подготовки, осуществляют тренеры-преподаватели в электронном виде в системе АИС «Мой спорт».

2.18. В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства Российской Федерации.

2.19. Организация летней оздоровительной кампании является продолжением учебно-тренировочного процесса. Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях (профилакториях и т.д.) и проводит учебно-тренировочные сборы в соответствии с приказом директора Учреждения.

2.20. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом директора Учреждения в соответствии с нормативно-правовыми документами региона.

3. Количество обучающихся в группе, их возрастные категории

3.1. Наполняемость групп определяется дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта и дополнительными общеразвивающими программами в соответствии с постановлением Кабинета Министров Республики Татарстан от 25.09.2018 № 853 «Об условиях оплаты труда работников государственных физкультурно-спортивных организаций, осуществляющих подготовку спортивного резерва в РТ».

3.2. Количество обучающихся в группе, их возрастные категории зависят от этапа (периода) подготовки:

Вид спорта	Спортивно - оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап					Этап ССМ		Этап ВСМ
		до года	свыше года	1	2	3	4	5	до года	свыше года	весь период
Легкая атлетика	15	15	15	14	12	10	10	8	4	4	2
Дзюдо	15	15	14	12	12	10	10	10	6	6	4
Кикбоксинг	15	12	12	9	9	9	9	9	7	7	1
Спортивное ориентирование	20	15	12	10	10	10	8	8	6	5	4
Киокусинкай	15	12	12	10	10	10	10	0	3	3	1

3.3. Минимальный возраст зачисления детей в Учреждение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по

следующим видам спорта составляет:

<i>Вид спорта</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>	<i>Учебно-тренировочный этап</i>	<i>Этап ССМ</i>	<i>Этап ВСМ</i>
Легкая атлетика	9 лет	12 лет	14 лет	15 лет
Дзюдо	7 лет	11 лет	14 лет	16 лет
Кикбоксинг	10 лет	11 лет	15 лет	17 лет
Спортивное ориентирование	8 лет	10 лет	14 лет	17 лет
Киокусинкай	10 лет	11 лет	14 лет	16 лет

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется годовым планом работы Учреждения, планами воспитательной работы тренеров-преподавателей.

4.2. Организованный выход за пределы Учреждения разрешается только после издания соответствующего приказа Директора Учреждения. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся несет тренер-преподаватель (сотрудник Учреждения), который назначен приказом директора.

5. Заключительные положения

5.1. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме.

5.2. После принятия Положения в новой редакции (или изменений и дополнений в Положение) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

5.3. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего предусмотренные им Положения.