

ПРИНЯТО:

на Педагогическом совете
ОГАУ ДО ОСШ по футболу
(наименование общеобразовательной организации)
Протокол № 1 от 20.03.2023 г.

Председатель  А.Ю. Фомин
подпись расшифровка подписи



УТВЕРЖДЕНО
Директор ОГАУ ДО ОСШ по футболу
(наименование общеобразовательной организации)
А.Ю. Фомин/
подпись расшифровка подписи
Приказ № 91 от 20.03.2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ.

1.1. Положение о режиме учебно-тренировочных занятий обучающихся (далее - положение) разработано в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 14 июля 2022 года, Федеральным Законом Российской Федерации «О физической культуре и спорте в РФ» № 329, СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Уставом учреждения.

1.2. Настоящее положение устанавливает режим учебно-тренировочных занятий обучающихся ОГАУ ДО ОСШ по футболу (далее - учреждение). Режим учебно-тренировочных занятий действует в течение года.

1.3. Настоящее положение регламентирует функционирование учреждения в период организации учебно-тренировочного процесса, каникул в течение года, летнего отдыха и оздоровления.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

2.1. Упорядочение учебно-тренировочного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами;

2.2. Обеспечение конституционных прав обучающихся на занятия спортом и сохранение здоровья.

3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВО ВРЕМЯ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА.

3.1. Учреждение организует учебно-тренировочную работу с обучающимися в течение календарного года. В каникулярное время, а также в течение года могут проводиться учебно-тренировочные мероприятия (сборы).

3.2 Учебно-тренировочный год в организации начинается 1 января.

3.3. Количество учебно-тренировочных часов в год планируется из расчета 52 недель учебно-тренировочной работы для следующих этапов обучения: начальной подготовки, спортивного совершенствования, совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства.

3.4. Учебно-тренировочные часы включают в себя теоретические и практические занятия, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях и учебно-тренировочных мероприятиях, инструкторскую и судейскую практику, восстановительные мероприятия.

3.5. На этапах высшего спортивного мастерства и совершенствования спортивного мастерства планирование годичного цикла подготовки

определяется календарем соревнований, поэтому продолжительность сезона подготовки устанавливается индивидуально.

3.6. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные занятия, теоретические занятия, учебно-тренировочные мероприятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, матчевых встречах, инструкторская и судейская практика. Кроме того, обучающиеся выполняют индивидуальные задания тренера-преподавателя по совершенствованию техники и развитию необходимых физических качеств.

3.7. Для обучающихся групп высшего спортивного мастерства и совершенствования спортивного мастерства разрабатываются индивидуальные планы подготовки, в которых уточняются объемы и интенсивность учебно-тренировочных нагрузок и этапные контрольные показатели.

3.8. В период активного отдыха применяется самостоятельная работа обучающихся (не более 10% от общего объема плана учебно-тренировочных занятий).

3.9. Учет объема и интенсивности учебно-тренировочной работы по неделям ведут тренеры-преподаватели в электронных журналах учебно-тренировочных групп на сайте L-sport.

3.10. Врачебный контроль за обучающимися осуществляется врачебно-физкультурным диспансером.

3.11. Возрастной диапазон обучающихся школы от 7 лет и старше. Занятия осуществляются на различных этапах многолетней подготовки.

3.12. Недельный режим учебно-тренировочной работы является максимальным и установлен в зависимости от этапа подготовки.

Продолжительность одного занятия не должна превышать:

- на этапах начальной подготовки 1,5 часов;
- на тренировочных тапах 2-х часов;
- на этапах ССМ и ВСМ - 3-х часов, а при двухразовых тренировках в день - 2-х часов.

3.13. Занятия в учреждении проводятся до 20.00 часов в две смены. Для обучающихся в возрасте от 16 лет и старше - до 21.00 часа.

3.14. Если учебно-тренировочное занятие проводится за пределами школы, тренер-преподаватель обязан письменно уведомить администрацию о местах проведения учебно-тренировочных занятий.

3.15. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией спортивной школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

3.16. Тренер-преподаватель не имеет права самостоятельно изменять расписание учебно-тренировочных занятий группы. В случае необходимости изменения расписания тренер-преподаватель указывает причину в письменном заявлении на имя директора школы. После согласования изменения новое расписание публикуется на официальном сайте Учреждения в сети интернет.