

«ПРИНЯТО»
на заседании
Тренерско-педагогического
совета
протокол № 1 от 09.01.2023г.

«УТВЕРЖДЕНО»

приказом № 15
от 09.01.2023г.

И.о. директора ГБУ ДО РМ
«СШОР по велоспорту»

И.В. Доянов/



ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме учебно-тренировочных занятий обучающихся
в Государственном бюджетном учреждении
дополнительного образования Республики Мордовия
«Спортивная школа олимпийского резерва по велоспорту»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение определяет режим занятий обучающихся Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Республики Мордовия «Спортивная школа олимпийского резерва по велоспорту» (далее СШОР по велоспорту) и регламентирует сроки начала и окончания учебно-тренировочного года, продолжительность учебно-тренировочного процесса обучающихся.

1.2. Нормативно - правовой базой разработки настоящего Положения являются следующие документы:

- санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям СанПин 2.4.4.1251-03, утвержденные Постановлением Госкомсанэпиднадзора России от 03.04.2003г. №2;

- Устав СШОР по велоспорту.

1.3. Режим занятий спортсменов СШОР действует в течении всего тренировочного года, согласно расписанию тренировочных занятий.

2. Цели и задачи

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

2.2. Обеспечение конституционных прав обучающихся на учебно-тренировочный процесс и здоровье сбережение.

3. Режим занятий обучающихся

3.1. Учебно-тренировочный год в Учреждении начинается с 1 января.

Группы начальной подготовки начинают работать по мере комплектования, но не позднее 15 февраля.

Окончание учебно-тренировочного года зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных соревнований, периодизации спортивной подготовки и устанавливается администрацией Учреждения для каждого вида спорта индивидуально.

3.2. Учебно-тренировочный процесс ГБУ ДО РМ «СШОР по велоспорту» рассчитан в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом на 52 недели.

3.3. Продолжительность учебно-тренировочной недели 6 дней.

3.4. Продолжительность учебно-тренировочного дня с 08:00 до 20:00 часов.

3.5. Продолжительность учебно-тренировочного занятия определяется программой по виду спорта и исчисляется в астрономических часах. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяются нормативными документами с учетом техники безопасности.

Деятельность ГБУ ДО РМ «СШОР по велоспорту» осуществляются ежедневно, включая выходные дни, в две смены, расписание, составляется в астрономических часах:

- а) продолжительность астрономического часа 60 минут;
- б) перерыв между занятиями не менее 10 минут;
- в) после 30-40 минут занятий нужно устраивать перерыв не менее чем на десять минут. В это время обучающиеся отдыхают, а помещения проветривают.

3.6. Учебно-тренировочные занятия проводятся как в специализированном зале Центра по велоспорту, так и на других спортивных базах города на основе заключенных договоров

3.7. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, тестирование, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

3.8. Учебно-тренировочные группы тренируются по расписанию. Расписание занятий составляется администрацией Учреждения по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся, с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

3.9. Допускается объединение групп, уменьшение их численного состава, перенос занятий на утреннее время, выезд групп обучающихся на соревнования и учебно-тренировочные сборы на основании приказа директора.

3.10. Изменение расписания занятий возможно только на основании приказа директора.

3.11. Изменение режима работы Учреждения определяется приказом директора в соответствии с нормативно-правовыми документами, в случаях

объявления карантина, приостановления учебно-тренировочного процесса, в связи с понижением температуры наружного воздуха, подготовки специализированного зала к спортивному сезону и др.

3.12. В выходные и праздничные дни Учреждение работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках трудового законодательства РФ.

3.13. Мероприятия, проводимые в Учреждении, осуществляются на основании календарного плана физкультурных и спортивных мероприятий.

3.14. Организация летней оздоровительной компании является продолжением учебно-тренировочного процесса. Учреждение организует работу в летних оздоровительных лагерях и проводит учебно-тренировочные сборы.

4. Ведение документации

4.1. Посещение обучающимися учебно-тренировочных занятий фиксируется тренерами-преподавателями в журнале учета работы и пропускной системой.