

«РАССМОТРЕНО И  
ОДОБРЕНО»  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
«11» января 2024 г.



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор АНО ДО  
ДПОСШ «ПФК ЦСКА»  
О.Д. Корнаухов  
«11» января 2024 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ  
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ КОЛИЧЕСТВЕННОМ  
СОСТАВЕ ГРУПП И ИХ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЯХ  
АВТОНОМНОЙ НЕКОММЕРЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО - ЮНОШЕСКОЙ  
СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ «ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ФУТБОЛЬНОГО  
КЛУБА ЦСКА»**

**Москва 2024**

# 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14», Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2012г. № 1008, других нормативных документов вышестоящих организаций, Уставом Школы.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся АНО ДО «ДЮСШ «ПФК ЦСКА» (далее Школа), количество обучающихся в группах, их возрастные категории, перечень и продолжительность занятий.

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися Школы и их родителями (законными представителями).

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

## 2. Режим образовательной деятельности

2.1. Учебный год в Школе начинается с 1 января и заканчивается 31 декабря текущего года. При совпадении 1 января и выходного (праздничного) дня, учебный год начинается со следующего, после выходного, рабочего дня.

2.2. В Школе используется круглогодичная организация образовательного процесса, его общая продолжительность составляет 52 учебные недели, в том числе 46 недель в условиях учебно - тренировочных занятий и дополнительных 6 недель по индивидуальным планам обучающихся в период их активного отдыха

2.3. Календарный учебный график ежегодно утверждается приказом директора Школы, учебные занятия проводятся по этапам и годам подготовки:

- спортивно-оздоровительный этап – группы набора до 2 лет;
- этап начальной подготовки (периоды: первого года; второго года, третьего года) – до 3 лет;
- учебно-тренировочный этап (периоды: первого, второго, третьего, четвертого, пятого годов обучения) – до 5 лет;
- этап спортивного совершенствования (периоды: первого, второго годов обучения) – до 2 лет.

Занятия в группах набора, формируемых в сентябре учебного года, начинаются по мере комплектования групп.

2.4. Основными формами образовательного процесса являются:

- групповые учебно - тренировочные и теоретические занятия;
- учебно - тренировочные сборы;
- работа по индивидуальным планам;
- медико - восстановительные и оздоровительные мероприятия;
- участие в соревнованиях турнирах и матчевых сборах;
- сборы в условиях спортивно - оздоровительного лагеря;
- педагогические тестирования;

- инструкторская и судейская практика.

2.5. Учебно - тренировочные занятия проводятся в любой день недели и каникул.

В каникулярное время Школа может организовывать в установленном порядке лагерь с дневным пребыванием детей, создавать различные объединения с постоянным или переменным составами детей.

2.6. Учебные занятия проводятся в соответствии с расписанием, которое составляется в соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14», утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41.

Изменение расписания занятий возможно только на основании приказа директора.

2.7. Начало занятий в Школе - не ранее 8.00; окончание – не позднее 20:00 часов. Продолжительность перерывов между занятиями во всех группах - не менее 10 минут. После 30 - 45 мин. теоретических занятий в соответствии с расписанием рекомендуется организовывать перерыв длительностью 10 минут.

При этом сам тренировочный процесс продолжается, данное время может быть использовано для теоретической подготовки, воспитательной работы или другой деятельности педагогической направленности.

2.8. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать (за исключением выходных и каникулярных дней):

- на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов;
- на этапе начальной подготовки - 2 часов;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - 3 часов;

2.9. Продолжительность занятий в учебные дни – не более 3-х академических часов в день, в выходные и каникулярные дни – не более 4-х часов в день.

2.10. В программе спортивной подготовки могут быть предусмотрены другие диапазоны продолжительности времени тренировки и перерывов с учетом специфики занятия, а также предусмотрена возможность перерывов для отдыха обучающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего тренировочного процесса в целом.

2.11. Недельный режим учебно - тренировочной работы является максимальным, устанавливается в зависимости от специфики занятия, периода и задач подготовки. Общегодовой объем учебно - тренировочной работы, предусмотренный указанными режимами работы, начиная с учебно - тренировочного этапа работы, может быть сокращен не более, чем на 25% в зависимости от периода подготовки.

Начиная с учебно - тренировочных групп второго года обучения недельная учебно - тренировочная нагрузка может увеличиваться или уменьшаться в пределах общего годового учебного плана, определенного в данной учебной группе.

2.12. На этапах спортивной подготовки совершенствования

количество и продолжительность занятий (в том числе спаренных), определяются учебными программами, утверждаемыми самой образовательной организацией.

2.13. Спортивные соревнования и другие спортивно - массовые мероприятия проводятся в соответствии с календарным планом. Участие в них расписанием не фиксируется. В дни проведения соревнований Школа работает по дополнительному расписанию.

2.14. Изменение режима работы Школы определяется приказом директора в соответствии с нормативно-правовыми документами региона в случаях объявления карантина и приостановлением образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха.

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

2.16. Мероприятия, проводимые Школой, осуществляются на основании календарного плана физкультурных и спортивных мероприятий.

### **3. Количество обучающихся в группах и их возрастные категории**

3.1. Минимальный возраст обучающихся, минимальная и максимальная наполняемость учебных групп и объем учебной нагрузки определяются с учетом техники безопасности и в соответствии с дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей, предпрофессиональной) программой.

3.2. При отсутствии в утвержденной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей, предпрофессиональной) программе нормативов по наполняемости учебных групп и максимальному объему учебной нагрузки Школа применяет следующие параметры:

Этапы подготовки	Период обучения (лет)	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел.)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (ч/нед.)
Спортивно-оздоровительный	Группы набора (1 и 2 год)	12-14	25	4
Начальная подготовка	Первый год	12-14	24	6
	Второй год	12-14	24	7
	Третий год	12-14	24	7
Учебно-тренировочный этап	Первый год	12-14	22	9
	Второй год	12-14	24	9
	Третий год	12-14	24	12
	Четвертый год	12-14	24	12
	Пятый год	12-14	24	12
Этап спортивного совершенствования	Первый год	2-6	21	14
	Второй год	2-6	21	14