

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа с. Боринское  
Липецкого муниципального района Липецкой области»

Утверждаю:  
Директор МАУ ДО ДЮСШ с. Боринское  
В.М. Кенчошвили  
Приказ № 17.01 от 17.01 2019 г.



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
об организации учебного процесса и режима занятий  
в МАУ ДО ДЮСШ с. Боринское

Рассмотрено и принято  
на педагогическом совете  
Протокол № 2 от 11.01 2019 г.

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение об организации учебного процесса и режима занятий обучающихся (далее – Положение) в Муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеской спортивной школе села Боринское Липецкого муниципального района Липецкой области» (далее Учреждение) разработано в соответствии со статьей 30 пункта 2 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.

1.2. Данное Положение определяет организацию учебного процесса в Учреждении и регламентирует режим занятий обучающихся.

## **2. Цели и задачи тренировочного процесса**

2.1. Обучение и воспитание в Учреждении ведутся на русском языке.

2.2. Основной целью деятельности Учреждения является образовательная деятельность по дополнительным образовательным программам (дополнительные общеразвивающие программы, дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта) и программам спортивной подготовки.

**2.3. Целями работы Учреждения являются:**

*На спортивно-оздоровительном этапе:*

- расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности детей;
- укрепление здоровья, закаливание;
- устранение недостатков физического развития;
- формирование мотивации к здоровому образу жизни.

*На этапе начальной подготовки*

- удовлетворение потребности детей в занятиях физической культуры и спортом;
- выявление в процессе систематических занятий способных детей и подростков;
- укрепление здоровья;
- изучение основ первой медицинской помощи и личной гигиены.

*На тренировочном этапе:*

- повышение уровня общей физической и специальной подготовки;
- прочное освоение техники видов спорта, культивируемых в Учреждении;
- приобретение соревновательного опыта, оценки своего состояния здоровья;
- инструкторская и судейская практика;
- отбор, в процессе систематических занятий, способных детей и подростков для привлечения их к специализированным занятиям спортом.

*На этапе спортивного совершенствования:*

- совершенствование техники видов спорта, культивируемых в Учреждении;
- инструкторская и судейская практика;
- подготовка спортсменов высокого класса, спортивного резерва для сборных команд России и Липецкой области.

**2.4. Задачами работы Учреждения являются:**

- адаптация детей и подростков к жизни в обществе,
- организация содержательного досуга,
- формирование общей культуры,
- повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей,
- профилактика вредных привычек и правонарушений,
- привлечение перспективных спортсменов к специальной подготовке для достижения ими высоких результатов,
- оказание помощи общеобразовательным учреждениям в организации методической и спортивно-массовой работы по культивируемым в Учреждении видам спорта.

2.5. Программа деятельности Учреждения определяется с учетом контингента обучающихся, материально-технического и финансового обеспечения и имеет четыре этапа подготовки:

- спортивно-оздоровительный,
- начальной подготовки,
- тренировочный (начальной и углубленной специализации),
- совершенствования спортивного мастерства.

2.6. Содержание тренировочного процесса в Учреждении определяется дополнительными общеобразовательными программами и программами спортивной подготовки по видам спорта.

**2.7. Учреждение использует:**

- общеразвивающую программу по плаванию;
- общеразвивающую программу по баскетболу;
- общеразвивающую программу по волейболу;
- общеразвивающую программу по футболу;
- общеразвивающую программу по вольной борьбе;
- предпрофессиональную программу по плаванию;
- программу спортивной подготовки по плаванию;

**3. Основные характеристики организации тренировочного процесса.**

**3.1. Основными формами тренировочного процесса являются:**

- групповые тренировочные и теоретические занятия;

- тестирование учащихся;
- участие в соревнованиях, турнирах и матчевых встречах;
- инструкторская и судейская практика.

Расписание учебно-тренировочных занятий составляются администрацией Учреждения по предоставлению расписания тренерами-преподавателями в целях установления благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучение их в образовательных и других учреждениях, с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей, возможностей Учреждения и установленных санитарно-гигиенических норм.

3.2. Режим деятельности потребителей Услуги должен удовлетворять следующим требованиям:

- Расписание занятий утверждается руководителем Учреждения.
- Занятия с детьми и подростками должны проводиться не позднее 20.00 час.
- Учащиеся, старше 16 лет могут заниматься до 21.00 часов. Занятия в Учреждении проводятся в любой день недели, включая выходные и каникулы.
- Продолжительность одного тренировочного занятия считается академическим часом (45 мин) и не должна превышать:
  - в спортивно-оздоровительных и группах начальной подготовки не должна превышать 2-х академических часов;
  - в тренировочных группах- 3-х академических часов при не менее чем четырех тренировочных занятий в неделю;
  - в тренировочных группах, группах ССМ, где нагрузка составляет 20 и более часов в неделю, – 4-х академических часов, при двухразовых тренировках в день – 3-х академических часов.

3.3. В Учреждении культивируются пять видов спорта: плавание, баскетбол, волейбол, футбол и вольная борьба.

3.4. Наполняемость учебных групп и объем тренировочной нагрузки определяется с учетом мер безопасности при проведении занятий в соответствии с программой по виду спорта.

#### **Плавание**

этап подготовки	возраст занимающихся	год обучения	число занимающихся	кол-во учебных часов в неделю	зачетные требования по физической, технической и специальной подготовке на конец учебного года
спортивно-оздоровительный	7-17	1	10-30	2	Выполнение контрольных упражнений
		2			

начальной подготовки	7-8	1	10-25	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	8-9	2	12-20	8	
	9-11	3	12-20	8	Промежуточная аттестация по курсу начальной подготовки
тренировочный	10-12	1	10-14	10	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	11-13	2	10-14	12	
	12-15	3	10-14	16	
	13-16	4	8-12	18	
	14-17	5	8-12	18	Итоговая аттестация
спортивного совершенствования	14-15	1	4-7	24	Выполнение нормативов ОФП, СФП
	15-17	2	4-7	24	

### Волейбол

этап подготовки	возраст занимающихся	год обучения	число занимающихся	кол-во учебных часов в неделю	зачетные требования по физической, технической и специальной подготовке на конец учебного года
стартовый	9-10	1	12-25	4	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	10-11	2	10-20	4	
	11-12	3	10-20	4	Промежуточная аттестация по курсу стартовой подготовки
тренировочный – базовый	12-13	1	8-14	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	13-14	2	8-14	6	Промежуточная аттестация по курсу базовой подготовки тренировочного этапа
тренировочный – продвинутый	12-13	1	6-12	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	13-14	2	6-12	6	
	15-17	3	5-12	6	Итоговая аттестация

### Футбол

этап подготовки	возраст занимающихся	год обучения	число занимающихся	кол-во учебных часов в неделю	зачетные требования по физической, технической и специальной подготовке на конец учебного года
стартовый	8-9	1	10-25	4	Контрольные нормативы по освоению программы по
	9-10	2	8-20	4	

					ОФП и СФП
	10	3	8-20	4	Промежуточная аттестация по курсу стартовой подготовки
тренировочный – базовый	10-11	1	6-14	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	11-12	2	6-14	6	Промежуточная аттестация по курсу базовой подготовки тренировочного этапа
тренировочный – продвинутый	12-13	1	4-12	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	13-14	2	4-12	6	
	15-17	3	4-12	6	Итоговая аттестация

### Баскетбол

этап подготовки	возраст занимающихся	год обучения	число занимающихся	кол-во учебных часов в неделю	зачетные требования по физической, технической и специальной подготовке на конец учебного года
спортивно-оздоровительный	8-17	1	12-25	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
					Итоговая аттестация

### Вольная борьба

этап подготовки	возраст занимающихся	год обучения	число занимающихся	кол-во учебных часов в неделю	зачетные требования по физической, технической и специальной подготовке на конец учебного года
стартовый	8-9	1	10-20	4	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	9-10	2	10-16	4	
	10	3	10-16	4	Промежуточная аттестация по курсу стартовой подготовки
тренировочный – базовый	10-11	1	8-12	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП
	11-12	2	8-12	6	Промежуточная аттестация по курсу базовой подготовки тренировочного этапа
тренировочный –	12-13	1	6-10	6	Контрольные нормативы по освоению программы по ОФП и СФП

продвинутый	15-17	2	6-10	6	Итоговая аттестация
-------------	-------	---	------	---	---------------------

#### **4. Структура процесса обучения и тренировки.**

4.1. Тренировочные занятия в отделениях по видам спорта проводятся в соответствии с программой и календарным учебным графиком по видам спорта, рассчитанным на 36 недель, 42 недели и 52 недели.

4.2. Учреждение организует работу с обучающимися в течение учебного года, включая и каникулярное время. Начало учебного года – 1 сентября.

4.3. При объединении в одну группу занимающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности, разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать 2-х спортивных разрядов.

4.4. Перевод обучающихся (в том числе и досрочно) в группу следующего года обучения или этапа спортивной подготовки проводить решением педагогического совета на основании выполнения контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, а также заключения врача (медицинской комиссии).

4.5. Обучающиеся, не выполнившие предъявленные требования, по решению педагогического совета могут продолжить обучение повторно на том же году 1 раз.

#### **5. Критерии оценки деятельности Учреждения**

5.1. *на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки:*

- \* стабильность состава обучающихся, уровень потенциальных возможностей в избранном виде спорта;

- \* динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;

- \* уровень освоения основ техники в избранном виде спорта;

5.2. *на тренировочном этапе:*

- \* состояние здоровья, уровень физической подготовленности обучающихся;

- \* динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;

- \* уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;

- \* выполнение нормативов массовых спортивных разрядов.

5.3. *на этапе спортивного совершенствования:*

\* динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;

\* качество выполнения объёмов тренировочных и соревновательных нагрузок, предусмотренных образовательными программами и индивидуальными планами подготовки;

\* динамика спортивных достижений, результаты выступлений в официальных всероссийских соревнованиях.

## **6. Заключительные положения.**

6.1. Срок действия Положения не ограничен.

6.2. При изменении нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность Учреждения, в Положение вносятся изменения в соответствии с установленным законом порядком.