

**Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования Краснодарского края  
«Спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания»  
(ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания»)**

**ПРИКАЗ**

11.11.2024 г.

№ 02/13-87

г. Туапсе

**Об утверждении Положения о режиме занятий обучающихся в  
государственном бюджетном учреждении Краснодарского края  
«Спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания»»**

В соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «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», Постановлением Главного 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", Уставом государственного бюджетного учреждения Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания», решением расширенного Педагогического совета ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» (Протокол № 7 от 08.11.2024 г.), п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить Положение о режиме занятий обучающихся в государственном бюджетном учреждении Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания» согласно приложению к данному приказу.

2. Контроль за исполнением данного приказа возложить на заместителя директора Трофимову С.Ю..

Исполняющий обязанности  
директора



А.А. Никулин

## ПРИЛОЖЕНИЕ

СОГЛАСОВАНО  
на расширенном заседании  
педагогического совета  
ГБУ ДО КК «СШОР водного поло  
и плавания»  
(протокол №7 от 08.11.2024 г.)

УТВЕРЖДЕНО  
приказом ГБУ ДО КК  
«СШОР водного поло и  
плавания»  
№ 02/13-87 от 11.11.2024 г.

### ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме занятий обучающихся в государственном бюджетном  
учреждении Краснодарского края «спортивная школа олимпийского  
резерва водного поло и плавания»**

#### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся в государственном бюджетном учреждении Краснодарского края «спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания» (далее – Положение, разработано в соответствии с:

- статьей 30 пункта 2 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.,

- приказом Министерства спорта РФ от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»,

- Постановление Главного 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".

-Уставом государственного бюджетного учреждения Краснодарского края «спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания» (далее – ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания») и является локальным нормативным актом образовательной организации.

1.2. Настоящее положение регулирует режим занятий и организацию учебного процесса по реализуемым дополнительным образовательным

программам спортивной подготовки по видам спорта и тренировочного процесса по программе физической подготовки по плаванию.

## **2.Режим образовательной деятельности**

2.1. Учебный год в ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» начинается 1 января и заканчивается 31 декабря.

2.2. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- учебно-тренировочные мероприятия;
- участие в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль;
- мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним;
- мероприятия в рамках воспитательной работы.

2.3. Продолжительность учебного года:

- по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки - 52 недели (включая период самостоятельной подготовки, работы по индивидуальным планам подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса, учебно-тренировочные мероприятия);
- по программе физической подготовки по плаванию -48 недель (включая каникулярный период, период самостоятельной подготовки, спортивно - оздоровительные лагеря).

2.4. ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» реализует программы в области физической культуры и спорта в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

2.5. Учебно-тренировочные занятия могут проводиться по подгруппам, индивидуально или со всем составом обучающихся.

2.6. Работа по индивидуальным планам проводится с одним или несколькими спортсменами группы тренера-преподавателя. Осуществляется на этапе совершенствования спортивного мастерства и включает в себя учебно-тренировочные занятия под руководством тренера-преподавателя и самостоятельную работу.

2.7. Самостоятельная работа обучающихся регламентируется утвержденным индивидуальным планом спортивной подготовки и лично тренером-преподавателем в пределах недельных объемов нагрузки, определенных дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта.

2.8. При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта.

2.9. Режим учебно-тренировочных занятий обучающихся (занимающихся) определяются ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями СП 2.4.3468, единовременной пропускной способностью спортивного сооружения и проводятся в две смены. (приложение 1 к Положению).

2.10. Расписание занятий составляется по представлению тренера-преподавателя (инструктора по спорту) с учетом наиболее благоприятного режима учебно-тренировочных занятий и отдыха обучающихся (занимающихся), возрастных особенностей обучающихся, расписанием занятий в общеобразовательных учреждениях и утверждается директором ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания».

2.11. Расписание занятий составляется с учетом численного состава групп и объема тренировочной нагрузки, количества и продолжительности занятий, которые определяются:

- по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта, разработанным и утвержденным ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» в соответствии с примерных образовательных программ спортивной подготовки с учетом федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта;

- по программе физической подготовки по плаванию, разработанной и утвержденной ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» в соответствии со Стандартом выполнения государственной работы «Организация и проведение спортивно-оздоровительной работы по развитию физической культуры и спорта среди различных групп населения»;

2.12. Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором учреждения. В расписании учебно-тренировочных занятий указывается еженедельный график проведения занятий по реализуемым программам и этапам спортивной подготовки.

2.13. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по видам спорта устанавливается в астрономических часах и не должна превышать:

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

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

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия инструкторская и судейская практика и др.

2.14. Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации программы физической подготовки по плаванию устанавливается в астрономических часах и должна быть:

- не менее 30 минут;
- более двух часов (максимальная продолжительность занятия устанавливается учреждением самостоятельно в зависимости от возрастных и гендерных особенностей и уровня физической подготовленности занимающихся);
- количество посещений в неделю – не менее 2, но не более 6.

2.15. Продолжительность перерывов между занятиями во всех группах не может быть менее 10 минут.

2.16. Учебно-тренировочные занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

2.17. В целях качественной подготовки обучающихся, а также создания конкурентной борьбы и моделирования соревновательной ситуации на тренировочном этапе и этапе совершенствования спортивного мастерства допускается совмещение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп, при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

2.18. В ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» (при необходимости) на временной основе могут объединяться учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, отпуском.

2.19. Все изменения расписания учебно-тренировочных занятий оформляются приказом по ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания», а так же по причине:

- изменения смены учебных занятий в общеобразовательных учреждениях;

- наступления каникулярных периодов;

- указанных в п.2.18. настоящего Положения.

2.20. Учебно-тренировочные занятия могут быть приостановлены по приказу директора ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания»:

- в периоды объявления карантинных;

- в связи с низким/высоким температурным режимом;

- другими чрезвычайными обстоятельствами.

2.21. Самовольные изменения расписания учебно-тренировочных занятий тренером-преподавателем не допускаются.

### **3. Заключительные положения**

3.1. Действие настоящего Положения распространяется на всех участников образовательного (тренировочного) процесса ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания»:

- обучающихся (занимающихся) и их родителей (законных представителей)

- тренеров-преподавателей (инструкторов по спорту).

3.2. Настоящее Положение вступает в силу с момента его подписания.

3.3. Внесение изменений и дополнений в Положение производится по решению педагогического совета ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» при изменении законодательства в установленном законом порядке.

Заместитель директора



С.Ю. Трофимова

## ПРИЛОЖЕНИЕ

к Положению о режиме занятий обучающихся в государственном бюджетном учреждении Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва водного поло и плавания»

утверждено приказом ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» от 11.11.2024 г № 02/13-87

### РЕЖИМ

учебно-тренировочных занятий ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» с 01 сентября 2024 года

СМЕНЫ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	место проведения учебно-тренировочных занятий
1 смена	08.00-13.00	08.00-13.00	08.00-13.00	08.00-13.00	08.00-13.00	выходной	08.00-13.00	ГБУ ДО КК «СШОР водного поло и плавания» ул. Сочинская ,48 А
Технический перерыв на химическую обработку воды бассейна, влажную уборку и кондиционирование помещений								
2 смена	14.00-21.00	14.00-21.00	14.00-21.00	14.00-21.00	14.00-21.00	выходной	14.00-21.00	

#### *Примечание:*

Расписание учебно-тренировочных занятий составляется в соответствии с требованиями СП 2.4.3468, с учетом возрастных особенностей обучающихся, единовременной пропускной способностью спортивного сооружения, расписанием занятий в общеобразовательных учреждениях.

Учебно-тренировочные занятия начинаются с 8.00 часов утра и заканчиваются в 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390160

Владелец Никулин Александр Анатольевич

Действителен с 03.04.2024 по 03.04.2025