

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеская спортивная школа «Центр спортивного танца»
города Тюмени (МАУ ДО ДЮСШ «ЦСТ»)

Утверждено
приказом директора
от 17.12.2015 № 96

**ПОЛОЖЕНИЕ,
РЕГУЛИРУЮЩЕЕ РЕЖИМ И ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ
ОБУЧАЮЩИХСЯ**

1. Настоящее Положение, регулирующее режим и формы занятий обучающихся Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Детско-юношеской спортивной школы «Центр спортивного танца» города Тюмени (МАУ ДО ДЮСШ «ЦСТ») (далее - учреждение), разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Режим занятий обучающихся в учреждении устанавливается расписанием, утверждаемым директором по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

2. Учреждение реализует программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября. Окончательное комплектование объединений и учебной нагрузки тренеров-преподавателей устанавливается на 1 октября. Продолжительность учебного года – 52 недели (46 недель учебно-тренировочных занятий в условиях учреждения и 6 недель участия в спортивно-оздоровительных лагерях, учебно-тренировочных сборах и индивидуальной подготовки).

3. Занятия могут проводиться по группам и индивидуально. В целях массового обучения основам спортивной тренировки допускается работа с переменным составом обучающихся только в группах спортивно-оздоровительного этапа и начальной подготовки первого года обучения.

4. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.

5. Учебно-тренировочный день состоит из двух смен:

1 смена с 9-00 до 12-30 (дети от 4 до 10 лет)

2 смена с 14-30 до 20-00 (дети и подростки от 7 до 17 лет)

с 20-00 до 22-00 (молодёжь от 18 лет и старше).

6. Продолжительность тренировочных занятий составляет от 25 минут до 2 часов 30 минут в зависимости от возраста обучающихся. После 45 минут занятий

устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха обучающихся и проветривания помещений. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах. В зависимости от особенностей занятия могут проходить без перерыва. При проведении занятий с детьми 5-6-летнего возраста продолжительность академического часа может сокращаться до 35 минут. Максимальный количественный состав групп до 30 человек в зависимости от этапа подготовки.

7. Объём нагрузки на учебно-тренировочном занятии определяется тренером-преподавателем в соответствии с месячным планом и учётом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объёма нагрузки на занятии в соответствии с физиологическими особенностями организма обучающихся. Месячный план составляется на основе содержания и объёмов, рекомендованных примерной программой для системы дополнительного образования детей и рабочей программой по танцевальному спорту.

8. В каникулярное время учреждение может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы. Обучающиеся учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения учебно-тренировочных занятий, в количестве не менее восьми обучающихся на каждого тренера-преподавателя, с условием, что выезд организует сам тренер-преподаватель.

9. Иные особенности режима занятий обучающихся в учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

11. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, индивидуальные учебно-тренировочные занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня, учебно-тренировочные сборы, инструкторская и судейская практика обучающихся. Основными формами организации спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы является проведение соревнований, турниров по различным видам спорта, командирование команд и отдельных спортсменов на соревнования различного уровня.

