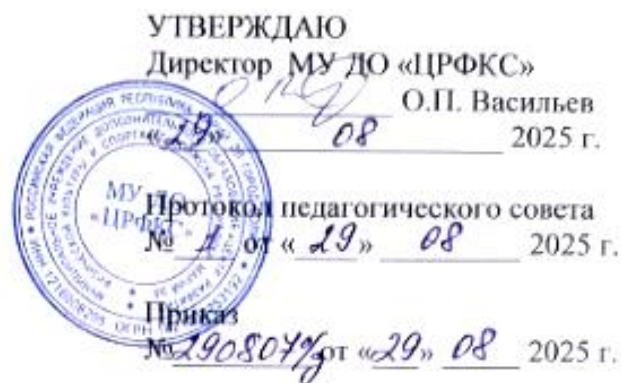




**Режим и формы занятий обучающихся
в муниципальном учреждении дополнительного образования
«Центр развития физической культуры и спорта»
г. Волжска Республики Марий Эл**

Режим занятий обучающихся в муниципальном учреждении дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» г. Волжска Республики Марий Эл» (далее – учреждение) устанавливается в соответствии с СанПиН и Уставом образовательного учреждения.

Учебный план учреждения предусматривает реализацию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности, учитывающих возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях избранным видом спорта.

В целях установления благоприятного режима занятий, отдыха обучающихся, обучения их в образовательном учреждении, расписание занятий составляется с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

Учреждение организует работу с обучающимися в течение всего календарного года, включая каникулярное время. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября. Начало и окончание учебного года в группах по видам спорта может отличаться и зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных соревнований, этапа спортивной подготовки и устанавливается для каждого вида спорта индивидуально.

Утверждение контингента воспитанников производится ежегодно до 15 сентября. Возможно доукомплектование учебных групп Учреждения в течение учебного года в соответствии с установленными нормативами.

Прием заявлений на обучение на 2025-2026 учебный год осуществляется с 25 августа по 31 ноября - для групп в рамках социального заказа (персонифицированного финансирования); с 25 августа по 31 декабря – для групп в рамках муниципального задания.

Форма обучения в учреждении очная.

Занятия в объединениях по видам спорта могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом объединения.

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

Недельный режим учебной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки.

Учебные занятия в отделениях по видам спорта проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 36 недель (*в рамках социального заказа*) и 42 недели (*в рамках реализации муниципального задания*) учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях учреждения.

Недельная нагрузка для учебных групп составляет:

- обучение по программе 1, 2, 3 и частично 4 года обучения *в рамках социального заказа* – 4 часа в неделю (144 часа в год), *в рамках реализации муниципального задания* – от 2 до 8 часов в неделю (72 - 336 часов в год);
- обучение по программе 4, 5 года обучения *осуществляется в рамках реализации муниципального задания* и предполагает реализацию программы по общей физической подготовке в объеме 6 часов в неделю (276 часов в год) и реализацию программы по технико-тактической (технической) подготовке в объеме 6 часов в неделю (276 часов в год);
- обучение по программе 6, 7, 8 года обучения *осуществляется в рамках реализации муниципального задания* и предполагает реализацию программы по общей физической подготовке в объеме 9 часов в неделю (414 часов в год) и реализацию программы по технико-тактической (технической) подготовке в объеме 9 часов в неделю (414 часов в год).

Занятия для несовершеннолетних обучающихся в учреждении 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 час.

Максимально допустимая нагрузка в учебные дни составляет не более трех академических часов, в выходные и каникулярные дни – не более четырех академических часов в день. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха обучающихся в виде перерывов между упражнениями.

По заявлению или просьбе родителей (законных представителей) обучающихся время занятий может быть изменено.

Объем нагрузки на учебном занятии определяется тренером-преподавателем в соответствии с учебным планом-графиком и учётом индивидуальных особенностей обучающихся. Возможно изменение интенсивности и объёмов нагрузки на занятиях в соответствии с физиологическими особенностями организма обучающихся.

Учебный план-график составляется на основе содержания и объёмов, рекомендованных реализуемой в учреждении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой по данному виду спорта.

В каникулярное время учреждение может открывать в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря, проводить учебно-тренировочные сборы. Обучающиеся могут выезжать в спортивно-оздоровительные лагеря для продолжения учебных занятий.

Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- групповые учебные и теоретические занятия;

- индивидуальные учебные занятия;
- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся;
- медицинский контроль;
- участие в матчевых встречах, соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня;
- учебно-тренировочные сборы;
- инструкторская и судейская практика.

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.

При неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановке для поддержания физической формы Программа реализуется с использованием **электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.**

Основными элементами обучения с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий являются:

- образовательные онлайн-платформы;
- цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах;
- видеоконференции;
- skype – общение;
- e-mail;
- облачные сервисы;
- электронные носители мультимедийных приложений к учебникам;
- электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

В обучении с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются следующие организационные формы учебной деятельности:

- лекция;
- консультация;
- семинар;
- практическое занятие;
- мастер-классы;
- самостоятельная внеаудиторная работа.