

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
г.Астрахани «Спортивная школа №11 «Арена»**

ПРИНЯТО:  
На педагогическом совете  
МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11»  
протокол №3 от 29.12.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:  
Директор МБУ ДО г. Астрахани «СШ №11»



Г.С. Лисунов

приказ от 30.12.2025г. № 151/25

**Положение  
о режиме занятий обучающихся  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования г.Астрахани  
«Спортивная школа №11 «Арена»**

(МБУ ДО г.Астрахани «СШ№11»)

**г.Астрахань**

**2025г.**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ Г.АСТРАХАНИ "СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 11 "АРЕНА",**  
Лисунов Георгий Сергеевич, Директор

12.01.26 15:56 (MSK)

Сертификат 00A7E73B409A6DFB28FCF589517D4885F1  
Действует с 02.10.25 по 26.12.26

## 1. Общие положения

1.1. Настоящие Положение о режиме занятий обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования г.Астрахани «Спортивная школа №11 «Арена» (далее соответственно – Положение, МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11») разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 26.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ;

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629;

- Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденными приказом Минспорта России от 03.08.2022 № 634;

- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;

- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2;

- федеральным стандартом спортивной подготовки по видам спорта (утвержденного в рамках реализации Федерального закона от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»);

- Уставом МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11».

1.2. Настоящее Положение разработано в целях регламентирования образовательной деятельности и учебно-тренировочного процесса в соответствие с действующим законодательством и иными нормативно-правовыми документами и определяет порядок организации образовательного процесса в МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.3. Организация образовательного процесса в МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» регламентируется Уставом МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11», настоящим Положением и иными локальными нормативными актами МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11», в том числе дополнительными образовательными программами спортивной подготовки (включающими в себя годовой учебно-тренировочный план, календарный план воспитательной работы, план мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, планы инструкторской и судейской практики, планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств), а также календарным учебно-тренировочным графиком, расписаниями занятий,

1.4. При принятии Правил учтено мнение Совета обучающихся МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» и Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11».

## 2. Режим образовательного процесса

2.1. Организация и осуществление образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам и дополнительным образовательным программам спортивной подготовки проводятся с учетом особенностей организации непрерывного учебно – тренировочного процесса, комплектования учебно-тренировочных групп, организации и проведения промежуточной аттестации.

2.1.1. Срок начала и окончания образовательного (учебно – тренировочного) процесса определяется с учетом сроков проведения образовательного процесса и спортивных мероприятий, в которых планируется участие обучающихся, проходящих спортивную подготовку.

2.1.2. Учебный год в МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» начинается 1 января и заканчивается 31 декабря, включая проведение промежуточной и итоговой аттестации.

2.1.3. Для обучающихся спортивно – оздоровительных групп (по дополнительным общеразвивающим программам) и групп начальной подготовки первого года обучения (по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки) набор в группы проходит непрерывно, в течении всего учебного года (круглогодично), при наличии вакантных мест.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки – 52 недели.

2.2.1. Продолжительность учебного года для обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам – 36 недель образовательного процесса.

2.3. Наполняемость учебно-тренировочных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта, разработанными с учетом примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, принятыми в соответствии с порядком, установленным Уставом МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11».

2.4. Образовательный процесс проводится МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

Самостоятельная подготовка может составлять не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11».

2.5. Продолжительность учебной недели устанавливается в зависимости от учебно-тренировочной нагрузки и объема образовательной деятельности в пределах семидневной рабочей недели (без выходных). Образовательная деятельность в МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» не осуществляется в нерабочие

и праздничные дни, установленные нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Астраханской области.

2.6. Занятия проводятся по группам, подгруппам или индивидуально.

2.7. При комплектовании учебно-тренировочных групп МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11»:

- формирует учебно-тренировочные группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки;

- учитывает возможность перевода обучающихся из других организаций дополнительного образования спортивной направленности, реализующих дополнительные образовательные программы (общеразвивающие программы и / или программ спортивной подготовки);

- определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки, не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом федерального стандарта спортивной подготовки.

2.7.1. Допускается проведение учебно-тренировочных занятий (при необходимости) одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- не превышения единовременной способности спортивного сооружения;

- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

2.8. МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» объединяет (при необходимости) учебно – тренировочные группы для проведения учебно – тренировочных занятий в связи с выездом тренера- преподавателя на спортивные соревнования, учебно – тренировочные мероприятия, его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском.

### 3. Режим занятий

3.1. Режим образовательного процесса (учебно – тренировочных занятий) соответствует этапу подготовки и устанавливается расписанием, утверждаемым директором МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» по представлению тренеров – преподавателей с учетом пожеланий родителей (законных представителей) несовершеннолетних, возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно – гигиенических норм.

3.2. Начало занятий: согласно утвержденному расписанию занятий, не ранее 8.00 часов утра. Окончание занятий: согласно расписанию, не позднее 19.30 для обучающихся в возрасте до 7 лет, не позднее 20.00 для обучающихся 7 – 15 лет, для обучающихся в возрасте 16 - 18 лет и старше допускается окончание занятий в 21.00 часов.

3.2.1. Обучающиеся должны приходить на занятия не позднее, чем за 10-15 минут до их начала.

3.3. В МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» продолжительность одного учебно-тренировочного занятия для групп по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки - составляет 60 минут.

Продолжительность одного занятия для групп по дополнительным общеразвивающим программам - составляет 35 минут.

Между занятиями устанавливаются 5-10 минутные перерывы для

~~проведения в помещениях.~~

3.4. В МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» устанавливается следующий режим занятий по дополнительной(ым) образовательной(ым) программе(ам) спортивной подготовки:

3.4.1. по виду спорта «бокс»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 - 6 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 - 8 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на учебно - тренировочном этапе до трех лет обучения – 10 – 14 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

- на учебно - тренировочном этапе свыше трех лет обучения – 16 – 18 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

3.4.2. по виду спорта «спортивная борьба»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на учебно - тренировочном этапе до двух лет обучения – 8 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

- на учебно - тренировочном этапе свыше двух лет обучения – 12 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

3.4.3. по виду спорта «рукопашный бой»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 - 6 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6-8 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на учебно - тренировочном этапе до трех лет обучения – 8 – 14 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

- на учебно - тренировочном этапе свыше трех лет обучения – 12 – 18 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

3.4.4. по виду спорта «смешанное боевое единоборство (ММА)»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 6 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 8 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на учебно - тренировочном этапе до двух лет обучения – 12 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

- на учебно - тренировочном этапе свыше двух лет обучения – 16 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

#### 3.4.5. по виду спорта «карате»:

- на этапе начальной подготовки до года обучения – 4,5 - 6 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на этапе начальной подготовки свыше года обучения – 6 - 8 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 2х часов);

- на учебно - тренировочном этапе до трех лет обучения – 12 – 14 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

- на учебно - тренировочном этапе свыше трех лет обучения – 14 – 18 часов в неделю (продолжительность учебно – тренировочного занятия не более 3х часов);

3.5. В МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» устанавливается режим занятий по дополнительной общеразвивающей программе:

- на спортивно – оздоровительном этапе (в соответствии с программой) – 6 часов в неделю (продолжительность одного занятия не более 35 минут).

### **4. Заключительные положения**

4.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11», принято в порядке, предусмотренном Уставом МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11», вступает в силу с даты его утверждения приказом директора МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» и действует бессрочно.

4.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме, принимаются с учётом мнения Совета обучающихся МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11», Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11», представительных органов обучающихся (при наличии) в порядке, предусмотренном Уставом МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» для принятия Положения, и вступают в силу с даты утверждения директором МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11».

4.3. После принятия Положения в новой редакции (или изменений и дополнений в Положение) предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

4.4. Положение подлежит актуализации при изменении законодательства, регламентирующего установленные им нормы.

4.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте МБУ ДО г.Астрахани «СШ №11» по адресу: <https://arena-11.ru>.