



Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа «Дельфин»  
(СШ «Дельфин»)



Утверждаю:  
Директор СШ «Дельфин»  
И.В. Белогубова  
Приказ от 10.02.2026 № 19

**ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**  
Муниципального автономного учреждения дополнительного образования  
«Спортивная школа «Дельфин»  
(СШ «Дельфин»)

**Принято:**  
Педагогическим советом  
СШ «Дельфин»

Протокол от 10.02.2026 № 2/ПС

## **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Дельфин» (далее – Положение, СШ «Дельфин») устанавливается в соответствии с:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Санитарные правила 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;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 04.04.2025 № 268 «Об утверждении Особенности режима рабочего времени и времени отдыха педагогических и иных работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность по основным и дополнительным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования и соответствующим дополнительным профессиональным программам, основным программам профессионального обучения»;

- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта (далее – ФССП);

- Устав СШ «Дельфин»;

- Правила внутреннего распорядка обучающихся;

- Учебный план на текущий учебный год;

- Календарный учебный график СШ «Дельфин» на текущий учебный год;

- Годовой учебно-тренировочный план на спортивный сезон.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим учебно-тренировочного процесса по реализуемым дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее – ДОПСП) и дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам (далее – ДООП) (далее – Программы), в том числе особенности организации образовательного процесса для обучающихся.

1.3. Соблюдение режима занятий обязательно для всех обучающихся СШ «Дельфин» и их родителей (законных представителей), а также иных участников образовательных отношений в рамках обучения по реализуемым Программам.

1.4. Настоящее Положение действует на спортивных объектах СШ «Дельфин», в рамках осуществления образовательной деятельности и распространяется на все мероприятия с участием обучающихся СШ «Дельфин».

## **2. Организация образовательного процесса**

2.1. Организация и осуществление образовательной деятельности в СШ «Дельфин» проводится с учетом особенностей организации непрерывного учебно-тренировочного процесса, комплектования учебно-тренировочных групп и проведения промежуточной аттестации.

2.2. Основными формами образовательного процесса являются:

- учебно-тренировочные занятия, в том числе с использованием дистанционных технологий;

- самостоятельная подготовка;

- спортивные соревнования;

- контрольные мероприятия;

- инструкторская и судейская практики;
- медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия;
- антидопинговые мероприятия.

2.3. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

2.4. СШ «Дельфин» имеет право:

2.4.1. Объединять на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий, при необходимости и в связи с выездом на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), временной нетрудоспособностью, болезнью, отпуском тренера-преподавателя.

2.4.2. Проводить учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися из разных учебно-тренировочных групп, при необходимости и при соблюдении следующих условий:

- не превышена разница в уровне подготовки обучающихся: два спортивных разряда и (или) спортивных звания;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- обеспечены требования по соблюдению техники безопасности.

2.4.3. Формировать учебно-тренировочные группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки, учитывая возможность перевода обучающихся из других спортивных организаций.

2.4.4. Определять максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп в соответствии с Положением о порядке комплектования групп и определения учебной нагрузки.

2.5. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется в соответствии с 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 и с учетом возрастных особенностей и работоспособности обучающихся.

2.6. Расписание учебно-тренировочных занятий принимается перед началом очередного учебного года на педагогическом совете и утверждается приказом директора СШ «Дельфин».

2.7. Изменения в расписании в течение учебного года допускаются и утверждаются приказом директора в соответствии с нормативно-правовыми документами в случае производственной необходимости (больничный лист, курсовая подготовка, участие в семинарах, спортивно-массовых и спортивно-оздоровительных мероприятиях, выезд на соревнования и т.д.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха (активированных дней) и других случаях.

2.8. В летний период с 01 июня по 31 августа СШ «Дельфин» работает по специальному расписанию.

### **3. Учебная нагрузка**

3.1. СШ «Дельфин» работает по 6-дневной рабочей неделе. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни (с учетом шестидневной рабочей недели).

3.2. ДОПСП рассчитывается на 52 учебные недели в год. Учебно-тренировочный процесс для обучающихся по ДОПСП ведется в соответствии с учебным планом и годовым учебно-тренировочным планом на текущий спортивный сезон (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

3.3. Учебный процесс для обучающихся по ДООП рассчитан на 44 недели – 42 недели интенсивной учебно-тренировочной деятельности (с сентября по июнь) и 2 недели восстановительных мероприятий (с середины августа до сентября) и ведется в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком на текущий учебный год.

3.4. Учебная нагрузка на этапах спортивной подготовки устанавливается в соответствии с объемом ДОПСП, но не может быть больше, чем определено Федеральными стандартами спортивной подготовки.

3.5. Учебная нагрузка для ДООП устанавливается в соответствии с объемом ДООП и в зависимости от уровня ее сложности, но не может быть больше, чем 12 часов в неделю.

#### **4. Режим учебно-тренировочных занятий**

4.1. Режим учебно-тренировочных занятий строится с учётом начала и окончания учебных занятий в общеобразовательной школе.

4.2. Учебно-тренировочные занятия осуществляются с 08:00 до 20:00 часов, и проводятся в соответствии с учебным планом и расписанием учебно-тренировочных занятий, утвержденным приказом директором СШ «Дельфин». Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

4.3. В выходные дни СШ «Дельфин» работает в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий, праздничные дни - нерабочие дни в рамках действующего трудового законодательства Российской Федерации.

#### **5. Календарный период учебного года**

5.1. Учебный год для обучающихся по ДООП начинается с 1 сентября и заканчивается 31 августа (интенсивная учебно-тренировочная деятельность (с сентября по июнь) и 2 недели восстановительных мероприятий (с середины августа до сентября)).

5.2. Спортивный сезон для обучающихся по ДОПСП начинается с 1 сентября и заканчивается 31 августа.

5.3. Если начало учебного года выпадает на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

5.4. Количество занятий и недельная нагрузка определяются дополнительными общеобразовательными программами.

#### **6. Продолжительность учебно-тренировочных занятий**

6.1. Единица измерения учебного времени:

- по ДООП - академический час. Продолжительность одного академического часа составляет 60 минут;

- по ДОПСП – астрономический час. Продолжительность одного астрономического часа составляет 60 минут

6.2. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия устанавливается в часах (академических или астрономических), в зависимости от направленности программы и не должна превышать:

6.2.1. По ДООП - двух часов.

6.2.2. По ДОПСП:

- 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.

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

Возможно введение перерывов для отдыха, занимающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего учебно-тренировочного процесса в

целом, при этом не должны быть превышены временные ограничения занятия до перерыва, установленные в зависимости от возраста обучающегося.

6.4. Максимальный объем недельной нагрузки определяется Программами.

6.5. В каникулярный период для обеспечения непрерывности освоения обучающимися ДОПСП, могут организовываться выезды в загородные оздоровительные лагеря, а также может обеспечиваться участие обучающихся в учебно-тренировочных мероприятиях в иных формах проведения (в рамках летней оздоровительной кампании).

## **7. Заключительные положения**

7.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом СШ «Дельфин» и вступает в силу с даты его утверждения приказом директора СШ «Дельфин» и действует бессрочно.

7.2. Все изменения и (или) дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются приказом и вступают в силу с даты утверждения директором СШ «Дельфин».

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

7.4. Положение подлежат актуализации при изменении законодательства, регламентирующего предусмотренные им положения.

7.5. Настоящее Положение подлежат размещению на официальном сайте СШ «Дельфин».