

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ДОД  
ДЮСШ «Мещера»  
А.А. Мальцев  
« 28 » августа 2014 г.

**Режим занятий учащихся  
Муниципального бюджетного образовательного учреждения  
дополнительного образования детей  
«Детско-юношеская спортивная школа «Мещера»**

1. Режим занятий учащихся Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа «Мещера» (далее – Учреждение) устанавливается расписанием.
2. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией Учреждения по представлению педагогических работников. Расписание занятий отвечает требованиям наиболее благоприятного режима тренировок и отдыха учащихся, соответствующего их возрастным особенностям, и установленных санитарно-гигиенических норм. При составлении расписания учитываются пожелания учащихся и их родителей (законных представителей). Расписание занятий утверждается директором Учреждения.
3. Минимальная наполняемость учебных групп определяется с учётом техники безопасности в соответствии с дополнительными образовательными программами по видам спорта.
4. Занятия в учреждении проводятся в режиме семидневной рабочей недели, в две смены, начиная с 08.00 часов.  
Для несовершеннолетних учащихся занятия в учреждении начинаются не ранее 08.00 часов, окончание занятий должно быть не позднее 20.00 часов. Для учащихся в возрасте от 16 лет и старше допускается окончание занятий не позднее 21.00 часа.
5. Максимальный недельный режим:
  - спортивно-оздоровительный этап – 6 час.
  - этап начальной подготовки до года – 6 час.
  - этап начальной подготовки свыше года – 9 час.
  - учебно-тренировочный этап до 2-х лет – 12 час.
  - учебно-тренировочный этап свыше 2-х лет – 18 час.
6. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать:
  - на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки – 2-х учебных часов;

- на этапе начальной подготовки второго и третьего года обучения – 3-х учебных часов;

- на учебно-тренировочном этапе – 3-х учебных часов.

7. Основными формами обучения учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные занятия;

- самостоятельная работа по индивидуальным планам подготовки;

- индивидуальные учебно-тренировочные занятия;

- медико-восстановительные мероприятия и медицинский контроль;

- участие в соревнованиях и матчевых встречах;

- контрольно-переводные испытания и тесты;

- учебно-тренировочные сборы;

- инструкторская и судейская практика.

8. Иные особенности режима занятий учащихся в учреждении устанавливаются санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

Принято

Педагогическим советом

Протокол от 28.08.2014 № 1