

Принят на заседании педагогического совета

ГБУ ДО КК «СШОР по гребле на байдарках и каноэ»

протокол от 26.12.2024 г. № 10

Приложение

УТВЕРЖДЕНО

приказом государственного

бюджетного учреждения

дополнительного образования

Краснодарского края «Спортивная

школа олимпийского резерва по

гребле на байдарках и каноэ»

от 28.12.2024 г. № 161-с

КАЛЕДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2025 год

1. Пояснительная записка

1.1. Календарный учебный график на 2025 учебный год является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса и режим занятий в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Краснодарского края «Спортивная школа олимпийского резерва по гребле на байдарках и каноэ» (далее – Учреждение).

Нормативно-правовую базу организации и ведения образовательного процесса в Учреждении составляют: Конвенция о правах ребёнка; Федеральный закон от 24.07.1998 «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (в редакции от 03.06.2009 № 118-ФЗ); Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (часть 2 статьи 30); Федеральный закон от 04.12.2007 № 329 - ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; Федеральный закон от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и «Об образовании в Российской Федерации»; приказ Министерстваспорта РФ от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» с изменениями и дополнениями; Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (далее – СанПин № СП 2.4. 3648-20); лицензия на образовательную деятельность.

1.2. Образовательное учреждение обладает автономией, под которой понимается самостоятельность в осуществлении образовательной, административной, финансово-экономической деятельности, разработке и

принятии локальных нормативных актов в соответствии с законодательством Российской Федерации в сфере образования, иными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и Уставом образовательного учреждения.

К компетенции образовательной организации в установленной сфере деятельности относится разработка режима образовательного процесса.

1.3. Учреждение осуществляет свою уставную деятельность в отрасли дополнительного образования, подвид – дополнительное образование детей и взрослых.

1.4. Учреждение обеспечивает учебно-тренировочный процесс посредством реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, направленных на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации систематического участия указанных лиц в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения их в состав спортивных сборных команд.

В 2025 году Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки:

по виду спорта «Гребля на байдарках и каноэ»;

по виду спорта «Гребной слалом».

1.5. Участниками образовательных отношений являются:

- обучающиеся, осваивающие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;

- родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся; педагогические работники и их представители;

- образовательное учреждение, осуществляющее образовательную деятельность в соответствии с государственным заданием на предоставление услуг, относящихся к его основным видам деятельности, в рамках выделенных субсидий на выполнение государственного задания.

1.6. Учреждение свободно в определении содержания образования, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым им образовательным программам.

2. Особенности организации и осуществления образовательной деятельности

2.1. Организация и осуществление образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (далее - образовательные программы) проводятся Учреждением с учётом особенностей организации непрерывного учебно-тренировочного процесса, комплектования учебно-тренировочных групп, организации и проведения промежуточной аттестации.

2.2. Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса Учреждение разрабатывает календарный учебный график и определяет периоды образовательной деятельности, сроки реализации образовательных программ по видам спорта, сроки начала и окончания

учебно-тренировочного года, организацию работы в периоды самостоятельной подготовки.

2.3. Проводит учебно-тренировочный процесс в соответствии с планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут).

2.4. Использует следующие виды планирования учебно-тренировочного процесса:

- перспективное, позволяющее определить сроки реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с учётом олимпийского цикла;

- ежегодное, позволяющее составить план проведения групповых и индивидуальных учебно-тренировочных занятий, промежуточной и итоговой (в случае её проведения) аттестации;

- ежеквартальное, позволяющее спланировать работу по проведению индивидуальных учебно-тренировочных занятий, самостоятельную работу обучающихся по индивидуальным планам, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), участие в спортивных соревнованиях и иных физкультурных мероприятиях;

- ежемесячное, составляемое не позднее, чем за месяц до планируемого срока проведения учебно-тренировочных занятий, включающее инструкторскую и судейскую практику, а также медико-восстановительные и другие мероприятия.

2.5. Составляет и использует индивидуальные учебно-тренировочные планы для обучающихся, включённых в списки кандидатов в спортивные сборные команды субъекта Российской Федерации и (или) в спортивные сборные команды Российской Федерации.

2.6. Объединяет (при необходимости) на временной основе учебно-тренировочные группы для проведения учебно-тренировочных занятий в связи с выездом тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, болезнью, отпуском.

2.7. Проводит (при необходимости) учебно-тренировочные занятия одновременно с обучающимися и занимающимися из разных учебно-тренировочных групп при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;

- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

2.8. При комплектовании учебно-тренировочных групп Учреждение формирует учебно-тренировочные группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки.

Учитывает возможность перевода обучающихся из других Организаций.

2.9. При комплектовании учебно-тренировочных групп Учреждение определяет максимальную наполняемость учебно-тренировочных групп с

учётом соблюдения единовременной пропускной способности спортивного сооружения и обеспечения требований по соблюдению техники безопасности;

- на этапе начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - не превышающую двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учётом федерального стандарта спортивной подготовки по соответствующему виду спорта;

- на этапах совершенствования спортивного мастерства и этапа высшего спортивного мастерства - с учётом наличия обучающихся, имеющих уровень спортивной квалификации (спортивный разряд или спортивное звание), определённый в федеральном стандарте спортивной подготовки по соответствующему виду спорта.

2.10. Промежуточная аттестация проводится Учреждением не реже одного раза в год и включает в себя оценку уровня подготовленности обучающегося посредством сдачи контрольно-переводных нормативов (испытаний) по оценке соответствия обучающихся требованиям к результатам прохождения на каждом из этапов спортивной подготовки.

2.11. Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению Учреждения в случае невозможности её проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы.

2.12. В случае невыполнения обучающимся требований к результатам прохождения спортивной подготовки применительно к этапу спортивной подготовки вследствие возникновения обстоятельств непреодолимой силы проведение аттестации продлевается на 12 месяцев со дня окончания срока действия таких обстоятельств.

3. Календарный учебный график

3.1. При реализации образовательных программ в Учреждении устанавливаются следующие этапы спортивной подготовки:

- этап начальной подготовки (ЭНП);
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (УТЭ);
- этап совершенствования спортивного мастерства (ЭССМ);
- этап высшего спортивного мастерства.

3.2. Образовательный процесс проводится в соответствии с годовым учебным планом, утверждённым приказом директора Учреждения.

Годовой учебно-тренировочный план является частью образовательной программы, программы физической подготовки и определяет трудоёмкость программы по виду спорта (объёмы времени на её реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп, соответствует требованиям примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта, программой физической подготовки требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта и рассчитывается с учётом:

- годовых объёмов учебно-тренировочной работы на этапах спортивной подготовки,

- соотношения видов спортивной подготовки в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки.

3.3. При разработке календарного учебного графика учитывается следующее:

- учебный год начинается 1 января; окончание учебного года 31 декабря;

- учебно-тренировочные занятия начинаются с 2 января;

- продолжительность учебного года составляет 52 недели.

Продолжительность учебной недели - шестидневная рабочая неделя с одним выходным днём (в зависимости от учебной нагрузки по видам спорта и этапа спортивной подготовки).

Продолжительность ежегодного оплачиваемого трудового отпуска тренера-преподавателя – 42 дня, который по желанию работника может быть разбит на части, одна из которых должна быть не менее 14 дней, сроки которого утверждены в графике отпусков на текущий год.

3.5. Места осуществления образовательной деятельности Учреждения определены на основании санитарно-эпидемиологического заключения о соответствии санитарным правилам зданий, строений, сооружений, помещений, оборудования и иного имущества, необходимых для осуществления образовательной деятельности в соответствии пунктом 2 статьи 40 Федерального закона «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

3.6. Учебно-тренировочный процесс осуществляется согласно расписанию учебно-тренировочных занятий. Расписание утверждается директором Учреждения по представлению педагогических работников с учётом пожеланий обучающихся (их законных представителей), возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарных гигиенических норм и требований.

3.7. Учебно-тренировочные занятия по образовательным программам проходят для обучающихся возрастом с 7 лет занятия 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. в соответствии с требованиями СанПин № СП 2.4. 3648-20.

3.8. Продолжительность самостоятельной подготовки включается в учебно-тренировочный план в течение учебного года и её продолжительность составляет 10% и не более 20 % от общего количества часов, предусмотренных учебно-годовым планом дополнительной образовательной программы по виду спорта.

3.9. Самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам спортивной подготовки, по заданию тренера, тренера-преподавателя используется:

- в праздничные и выходные дни;

- во время нахождения тренера-преподавателя в отпуске или

командировке;

- в каникулярный период на период активного отдыха обучающихся и занимающихся.

3.10. Самостоятельная работа планируется тренером-преподавателем и обеспечивает планомерное развитие физической подготовленности обучающихся. Самостоятельная работа содержит:

- упражнения общей физической подготовки в определённом объёме согласно этапу спортивной подготовки: упражнения для всех групп мышц, упражнения для повышения силы, упражнения для повышения быстроты, упражнения для повышения гибкости, упражнения для повышения ловкости, упражнения типа «полоса препятствий».

- упражнения специальной физической подготовки в определённом объёме согласно этапу спортивной подготовки для поддержания уровня специализированной физической подготовленности обучающихся: бег на короткие дистанции, прыжки толчком на одной или двумя ногами в различных направлениях, приставные шаги и выпады, выпрыгивания из приседа, упражнения с набивным мячом, имитация гребли с веслом и без весла;

- упражнения обязательной технической подготовки, не требующие специализированного спортивного оборудования, для поддержания стабильности технических навыков и приёмов: увеличение амплитуды скручивания туловища, опережающим включением туловища в работу момента захвата и использованием в этот момент встречного усилия ноги с рабочей стороны от тазобедренного сустава, использование работы ног и разворота таза для увеличения амплитуды и мощности гребка, использование инерции массы тела для активного выката лодки в безопорном периоде за счёт отталкивания в конце гребка и выведением вперёд туловища со стороны нерабочего борта

- рекомендации по чтению тематической литературы, просмотру тематических фильмов.

Обучающимся старше 18 лет рекомендуется самостоятельную работу отражать в дневниках самоконтроля, которые обязательно проверяются тренером-преподавателем.

В дневнике самоконтроля фиксируются:

- учебно-тренировочные нагрузки, в том числе и индивидуальные задания;

- результаты контрольных испытаний и соревнований;

- основные показатели самоконтроля (вес, пульс, самочувствие, сон, аппетит, настроение и т.п.);

- использование аудио- и видеоматериалов;

- посещение спортивных мероприятий;

- судейская практика;

- другие виды (формы) самостоятельной работы.

4. Регламент образовательного процесса

4.1. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации образовательных программ устанавливается в астрономических часах (60 мин.) и не должна превышать:

на этапе начальной подготовки – двух часов;

на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трёхчасов;

на этапе совершенствования спортивного мастерства и этапе высшего спортивного мастерства – четырёх часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день в режиме двухразовых тренировок суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов. Между тренировками обязательно должен быть перерыв для отдыха и приёма пищи не менее часа.

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

4.3. Регламент образовательного процесса по видам спорта, культивируемым в Учреждении:

4.3.1. Образовательная программа по виду спорта «Гребля на байдарках и каноэ»:

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						Этап высшего спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			Этап совершенствования спортивного мастерства	
	1 год	2-3 год	1 год	2-3 года	4-5 года		
Количество часов в неделю	6	8	9	9	12	20	24
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия в часах	2	2	3	3	3	4	4
Наполняемость групп (человек)	11-22	11-22	8-16	8-16	8-16	3-	1
Общее количество часов в год	312	416	468	468	624	1040	1248

4.3.2. Образовательная программа по виду спорта «Гребной слалом»:

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					Этап совершенствования спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
	1 год	2-3 год	1 год	2-3 года	4-5 года	
Количество часов в неделю	6	8	10	10	14	20
Максимальная продолжительность учебно-тренировочного занятия в часах	2	2	3	3	3	4
Наполняемость групп (человек)	10-20	10-20	6-12	6-12	6-12	2-
Общее количество часов в год	312	416	520	520	728	1040

4.4. Учреждение может организовывать проведение учебно-тренировочных мероприятий (сборы):

- учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям различного уровня;
- специальные учебно-тренировочные мероприятия: по общей и (или) специальной физической подготовке;
- восстановительные мероприятия.

4.5. Выездные мероприятия – учебно-тренировочный или соревновательный процесс, осуществляемый вне зданий, строений, сооружений, предназначенных для постоянных учебно-тренировочных занятий обучающихся Учреждения. К выездным мероприятиям относятся спортивные соревнования и учебно-тренировочные мероприятия различного уровня.

Выезды на спортивные соревнования и учебно-тренировочные сборы (выездные мероприятия) проводятся в целях повышения спортивного мастерства и успешного выступления обучающихся и занимающихся на соревнованиях различного уровня.

4.6. Режим рабочего времени тренеров-преподавателей, старших тренеров-преподавателей устанавливается в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий с учётом этапа спортивной подготовки групп и учебного плана работы.

Время начала и окончания работы тренеров-преподавателей, старших тренеров-преподавателей регламентируется расписанием учебно-тренировочных занятий, утверждённым директором Учреждения,

составленное с учётом режима- работы спортивных объектов.

4.7. Учебная нагрузка тренеров-преподавателей, старших тренеров-преподавателей, определяется с учётом количества часов по учебным планам, рабочим программам, дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и кадрового обеспечения образовательного учреждения.

4.8. В дни недели (периоды времени, в течение которых функционирует учреждение), свободные для работников, ведущих преподавательскую работу, от проведения занятий по расписанию и выполнения непосредственно в учреждении иных должностных обязанностей, предусмотренных квалификационными характеристиками по занимаемой должности, а также от выполнения дополнительных видов работ за дополнительную оплату, обязательное присутствие в Учреждении не требуется.

4.9. Режим рабочего времени учреждения.

Для тренеров-преподавателей, старших тренеров-преподавателей, тренеров установлена шестидневная рабочая неделя с одним выходным днём.

Для административного и вспомогательного персонала, иных специалистов Учреждения установлена пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями: суббота, воскресенье.

Начало рабочего дня - 9.00 час. Окончание рабочего дня - 18.00 час., в пятницу – 17.00 час. Перерыв с 13.00 до 13.50 час.

Работа в нерабочие и праздничные дни регламентируется в соответствии с Постановлениями Правительства РФ и согласно ТК РФ.

5. Заключительные положения

5.1. Настоящий Календарный учебный график является локальным нормативным актом Учреждения, утверждается (вводится в действие) приказом директора Учреждения.

5.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

5.3. После принятия положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Инструктор методист



И.В. Меркотун