



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Генеральный директор  
ООО «Фитнес-Академия»  
Ю.И. Стягов

« 01 » 07 2023 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ  
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ**

Астрахань 2023

## **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий для обучающихся ООО «Фитнес-Академия» (далее – Положение) определяет режим учебы и отдыха обучающихся при освоении дополнительных образовательных программ в Отделе дополнительного образования (далее – Отдел) ООО «Фитнес-Академия» (далее – Фитнес-Академия).

1.2. Положение разработано в соответствии с требованиями Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Уставом и другими локальными нормативными актами Фитнес-Академии.

## **2. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ**

2.1. Сроки начала и окончания учебного года для обучающихся дополнительных образовательных программ устанавливаются учебными планами соответствующих программ.

2.2. Начало всех видов учебных занятий в Фитнес-Академии определяется расписанием занятий, утверждаемым генеральным директором и (или) руководителем образовательной программы.

2.3. Учебная нагрузка обучающихся не должна превышать суммарно 36 часов в неделю.

2.4. В Фитнес-Академии в общем случае установлена пятидневная рабочая неделя с выходными днями в субботу и воскресенье. При реализации отдельных программ может применяться шестидневная рабочая неделя с выходным днем воскресенье, а также может устанавливаться индивидуальный график занятости для отдельных групп обучающихся (группы выходного дня и пр.).

2.5. Продолжительность занятий лекционного и семинарского типов устанавливается в академических часах, продолжительность одного академического часа составляет 45 минут. Как правило, одно занятие объединяет 2 академических часа (одна пара). Перерыв между парами должен быть не менее 15 минут.

2.6. В течение учебного дня, при длительности учебных занятий более 6 академических часов, обучающимся предоставляется перерыв для отдыха и питания продолжительностью не менее 30 минут.

2.7. Время предоставления перерывов и их продолжительность может корректироваться с учетом расписания учебных занятий.

2.8. Режим занятий, включая дни учебных занятий, может изменяться с соблюдением общей нормы учебной нагрузки в зависимости от реализуемых образовательных программ и учебных планов.

2.9. Режим работы Отдела: с 9:00 до 18:00 с понедельника по четверг, с 9:00 до 17:00 – в пятницу.

### **3. ОСОБЕННОСТИ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ, ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

3.1. Режим доступа к системе дистанционного обучения в Фитнес-Академии для обучающихся осуществляется круглосуточно с понедельника по воскресенье.

3.2. Режим занятий для обучающихся по образовательным программам с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий:

- рекомендуемая продолжительность занятия - не более 45 мин,
- продолжительность перерывов между занятиями - не менее 15 мин,
- продолжительность перерыва для отдыха и приема пищи (после каждого четырех часов занятий) - не менее 40 мин.

3.3. Сроки начала и окончания обучения для обучающегося по образовательной программе с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий определяются договором об оказании платных образовательных услуг.

### **4. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Решение об изменении, дополнении или отмене данного Положения принимает генеральный директор Фитнес-Академии в установленном порядке.