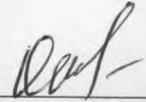


ПРИНЯТ на педагогическом  
совете протокол №\_\_ от  
«25» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО   
Директор МКУ ДО ДЮСШ  
В.В. Ольхина  
Приказ №\_\_ от «25» августа 2024г.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МУНИЦИПАЛЬНОГО КАЗЕННОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЛЕНИНСКИЙ  
МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН» ЕВРЕЙСКОЙ  
АВТОНОМНОЙ ОБЛАСТИ  
на 2024-2025 учебный год

### **Пояснительная записка**

Настоящий учебный план - нормативно-правовой акт, определяющий максимальный объем учебной нагрузки обучающихся, распределяющий учебное время, отводимое на освоение программного материала по видам спорта. Учебный план ДЮСШ составлен в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление от 04.07.2014 № 41);
- Устав МКУ ДО ДЮСШ.

Учебный план ДЮСШ отражает основные цели и задачи, стоящие перед учреждением:

- способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству занимающихся;
- формировать здоровый образ жизни;
- способствовать развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей учащихся, достижению ими уровня спортивных успехов, соответствующих их способностям.

### **Особенности построения образовательных отношений**

Образовательная деятельность в ДЮСШ осуществляется в отделениях по 8 видам спорта. Организация образовательных отношений регламентируется учебными программами, годовым календарным графиком, учебным планом учреждения, учебными планами педагогов, расписанием учебных занятий.

Учебный план каждого этапа обучения определяет:

- объем учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка)
- содержание форм промежуточной аттестации.

Учебный план включает в себя этапы обучения: спортивно-оздоровительный этап – на весь период обучения; начальная подготовка - 3 года, тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 5 лет. Учебный план разрабатывается из расчета 42 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель – самостоятельной

работы учащихся по индивидуальным планам во время летнего отдыха. С увеличением общего годового объема часов по годам обучения изменяется соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и психологическую подготовку. При составлении учебного плана соблюдается преемственность между ступенями обучения и тренировочными группами. Уровень учебной недельной нагрузки на учащегося не превышает предельно допустимого.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки. Учебный год начинается 1 сентября. ДЮСШ осуществляет работу в течение всего календарного года в соответствии с этапами спортивной подготовки. В школе установлена 6-дневная рабочая неделя. Тренировочные занятия проводятся в 1 смену с учетом режима работы и расписания общеобразовательных школ, с учетом возраста занимающихся: с 15.00 до 21.00. Расписание занятий утверждается приказом директора школы.

### **Спортивно-оздоровительный этап**

На данном этапе закладывается:

- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся наряду с основами технических навыков в избранном виде спорта;
- основные знания в области гигиены и первой медицинской помощи;
- теоретические основы физической культуры и навыков самоконтроля;
- укрепление здоровья, формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям спортом.

Главная задача СОГ – воспитание интереса к спорту, развитие физических качеств.

### **Этап начальной подготовки (3 года)**

На этапы начальной подготовки принимаются желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний в установленном для вида спорта минимальном возрасте. На этапе начальной подготовки:

- формируется стабильность состава обучающихся, продолжается работа по привитию стойкого интереса к занятиям спортом;
- выявляется уровень потенциальных возможностей обучающихся в избранном виде спорта;

- наблюдается динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся и уровень освоения основ техники в избранном виде спорта.

Главная задача НП – формирование базовой технической и физической подготовки, воспитание соревновательных качеств.

### **Тренировочный этап (5 лет)**

На тренировочный этап подготовки зачисляются только здоровые спортсмены, прошедшие не более одного года необходимую подготовку, при выполнении ими федеральных государственных требований по общефизической и специальной подготовке.

Учебно-воспитательный процесс реализуется при помощи различных форм обучения, педагогических технологий, которые соответствуют целям и задачам образовательного процесса, создают условия для развития личности обучающихся. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые, учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика учащихся.

Расписание занятий (тренировок) составляется по представлению тренера-преподавателя и утверждается приказом директора и имеет цель установления наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, их обучения их общеобразовательных и других учреждениях.

### **Основные виды содержания спортивной подготовки**

1. Физическая подготовка включает:
  - Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;
  - Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.
2. Техническая подготовка включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.
3. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст занимающихся и излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.
4. Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.

5. Контрольно-нормативные мероприятия проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.

6. Соревнования. Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.

7. Восстановительные мероприятия используются для восстановления работоспособности обучающихся ДЮСШ. Используется широкий круг средств и мероприятий педагогических, гигиенических и психологических с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсмена.

8. Медицинское обследование. Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

#### **Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся**

Аттестация учащихся ДЮСШ - оценка уровня и качества освоения дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта в конкретной предметной деятельности, неотъемлемая часть образовательного процесса, так как позволяет оценить реальную результативность совместной деятельности тренера-преподавателя и обучающегося. Цель аттестации - выявление исходного, текущего, промежуточного и итогового уровня развития теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам этапов подготовки. Промежуточная и итоговая аттестация учащихся проходит в форме сдачи контрольных тестов и нормативов по ОФП, СФП согласно программам по видам спорта. В конце учебного года анализ результатов участия в соревнованиях.

Результатом обучения является:

- улучшение состояния здоровья детей;
- рост числа занимающихся в ДЮСШ;
- рост уровня физической и спортивной подготовки учащихся;
- рост спортивных достижений.

**Учебный план  
МКУ ДО ДЮСШ  
муниципального Ленинского района  
на 2024-2025 учебный год**

Отделение	Этапы подготовки, год обучения	Количество групп	Количество обучающихся в группе	Количество часов			ФИО тренера-преподавателя
				В 1 группе в неделю	В 1 группе в год	Во всех группах за год	
Волейбол	Общеобр.	1		6	252	252	Гаврилов Е.В.
	Общеобр.	1		6	252	252	Довгаль А.И.
	Общеобр.	1		9	378	378	Довгаль А.И.
	Общеобр.	1		6	252	252	Козориз М.В.
	Общеобр.	1		6	252	252	Козориз М.В.
	Общеобр.	1		6	252	252	Кригер К.Д.
	Общеобр.	1		9	378	378	Разуваев С.С.
	Общеобр.	1		6	252	252	Бредихина Н.В.
<b>Итого по отделению</b>							
Футбол	Общеобр.	1		6	252	252	Акбаров Д.Д.
	Общеобр.	1		9	378	378	Акбаров Д.Д.
	Общеобр.	1		9	378	378	Липин И.С.
	Общеобр.	1		6	252	252	Липин И.С.
	Предпрф	1		12	504	504	Липин И.С.
	Общеобр.	1		6	252	252	Губанов И.С.
	Общеобр.	1		6	252	252	Губанов И.С.
	Общеобр.	1		9	378	378	Беликов С.В.
<b>Итого по отделению</b>							
Бокс	Общеобр.	1		9	378	378	Искандаров Р.Ф.
<b>Итого по отделению</b>							
Настольный теннис	Общеобр.	1		6	252	252	вакансия
	Общеобр.	1		9	378	378	Шарова В.Н.
<b>Итого по отделению</b>							
Баскетбол	Предпрф	1		9	378	378	Фарафонтова О.А.
	Общеобр.	1		9	378	378	Фарафонтова О.А.
	Общеобр.	1		9	378	378	Старова Д.А.
	Общеобр.	1		12	504	504	Батура И.С.
<b>Итого по отделению</b>							
Карате	Общеобр.	1		9	378	378	Кантемиров А.Г.
	Предпрф	1		12	504	504	Кантемиров А.Г.
	Общеобр.	1		9	378	378	Кантемиров А.Г.
<b>Итого по отделению</b>							
Самбо	Общеобр.	1		6	252	252	Куликов В.Ю.
	Общеобр.	1		12	504	504	Куликов В.Ю.
Хоккей	Общеобр.	1		6	252	252	Вакансия
<b>Итого по отделению</b>							
<b>ИТОГО ПО ДЮСШ</b>							

### **Ожидаемый результат реализации учебного плана:**

- Сохранение и укрепление здоровья и физического развития обучающихся, снижение заболеваемости.
- Высокий уровень физического развития и функционального состояния обучающихся, формирование здорового образа жизни обучающихся ДЮСШ.
- Физическое совершенство выпускников школы.
- Обеспечение доступности занятий физической культурой и спортом для всех категорий обучающихся.
- Увеличение числа детей, регулярно занимающихся спортом.
- Устойчивость интереса к учебно-тренировочным занятиям.
- Детская активность и заинтересованность.
- Наличие спортивного результата обучающихся.
- Итоги выступления в спортивных соревнованиях разного уровня.
- Устойчивая удовлетворенность детей психологическим климатом в коллективе, условиями, содержанием, организацией деятельности и др.
- Высокий уровень социализации обучающихся (социальной грамотности, активности, устойчивости).
- Высокий уровень нравственности обучающихся (культура поведения и построение отношений). Формирование у молодого поколения гражданского патриотического мировоззрения и активной жизненной позиции.
- Повышение качества организации и проведении массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с детьми и подростками.
- Улучшение подготовки и повышения квалификации педагогических кадров, способных эффективно использовать традиционные формы, средства и методы, развивать и создавать новые.
- Снижение уровня безнадзорности и профилактика правонарушений.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 429266879323966142570402220816736768122427021660

Владелец Ольхина Валентина Владимировна

Действителен с 27.05.2024 по 27.05.2025