

**Муниципальное бюджетное учреждение
Дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа Камешкирского района»**

Рассмотрено на заседании
трудового коллектива
Протокол № 6
от «18» 08. 2025г

Утверждаю:
директор МБУ ДО
«ДЮСШ Камешкирского района



И.Г.Егорова

Приказ № 70 от 19.08.2025г



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2025-2026 учебный год**

**с. Русский Камешкир
2025г**

Пояснительная записка к учебному плану

Учебный план Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско - юношеская спортивная школа Камешкирского района» составлен в соответствии с: Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 № 273 - ФЗ; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41

"Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (СанПин 2.4.4.3172-14).

Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам

Приказом Минспорта России от 30 октября 2015 г. N 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации».

Приказ Минспорта России от 17.05.2023 № 325 «О внесении изменений в требования к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 30.10.2015 № 999»

- Письмо Министерства спорта Российской Федерации от 4 декабря 2012 года № 03-04-10/1997, Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 декабря 2012 года № 09-409
- Письмом Министерства спорта Российской Федерации № ЮН-04-10/4409 от 30. 07 2013 г.;
- Лицензией: серия 58ЛО1 № 0000796 от 11. 10. 2016 года;
- Уставом Учреждения;
- Локальными актами Учреждения

Инструкциями по технике безопасности при проведении учебных занятий по видам спорта: футболу, лыжным гонкам, боксу, настольному теннису, шахматам, шашкам, фитнес - аэробике, общефизической подготовке;

Инструкцией по противопожарной безопасности;

Инструкцией по охране труда при проведении спортивных соревнований;

Правовыми актами органов местного самоуправления

Локальными нормативными актами, регулирующими деятельность Учреждения.

Учебный год начинается 1 сентября 2025 года, возраст обучающихся с 5 до 18 лет, продолжительность учебного года в соответствии с годовым календарным учебным графиком -36 недель.

Режимы образовательного процесса и наполняемость учебных групп по видам спорта устанавливается с учётом техники безопасности в соответствии с видом спорта, с нормативными документами в сфере образования, физической культуры и спорта, а также нормативов СанПин. Учебно-тренировочные занятия проходят согласно утвержденному расписанию занятий:

- для дошкольников с 08.00-13.00;

- для младших школьников с 13-00 до 17.00

- для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21-00 ч.

Обучение осуществляется по образовательным общеразвивающим программам спортивного направления.

На обучение по дополнительным общеразвивающим программам принимаются практически все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, так как этого требуют педагогическая этика и психологические законы спортивной ориентации.

Перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится решением педагогического совета на основании стажа занятий, выполнения контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке (ОФП и СФП) по видам спорта, установленных учебными программами с учетом систематического посещения занятий.

Образовательная деятельность осуществляется в одновозрастных и разновозрастных группах (разница в возрасте не должна превышать более 3-х лет), объединенных в отделения по видам спорта. Однополых и разнополых группах (смешанных) Формы проведения занятий - групповая, индивидуальная, соревновательная.

Продолжительность одного занятия по общеразвивающим программам в группах школьного возраста 40мин. Между занятиями могут предусматриваться перерывы длительностью не менее 10 минут.

Продолжительность одного занятия по общеразвивающим программам в группах дошкольного возраста 25-30мин. Между занятиями могут предусматриваться перерывы длительностью не менее 10 минут.

1. Цели и задачи образовательного процесса

1.1 Цели:

- обеспечение здорового образа жизни учащихся;
- формирование знаний о физической культуре и спорте;
- привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- реализация дополнительных образовательных общеразвивающих программ и услуг по физическому воспитанию;
- физическое, нравственное и интеллектуальное самосовершенствование в интересах личности, общества и государства.

1.2. Задачи:

- обеспечение необходимых условий для укрепления здоровья в возрасте преимущественно от 5 до 18 лет;
- формирование общей и физической культуры;
- организация содержательного досуга;
- удовлетворение потребности детей в занятиях физической культурой и спортом;
- ведение работы по привлечению максимально возможного количества учащихся к систематическим занятиям культивируемыми видами спорта, физической культурой;
- оказание всесторонней помощи общеобразовательным школам в организации спортивно-массовой работы;
- формирование здорового образа жизни;
- развитие физических, интеллектуальных и нравственных качеств;
- достижение спортивных успехов;
- развитие разных видов спорта в районе;
- подготовка резерва спортсменов района для сборных команд области и России.

2. Структура учебного плана

2.1 Учебный план отражает организацию учебно-тренировочного процесса по трем направлениям:

- 1- спортивные групповые игры (мини - футбол, футбол, волейбол);
- 2 – спортивные индивидуальные игры (настольный теннис, шахматы, шашки)
- 3 - единоборства (бокс, лыжные гонки);
- 4 - эстетическое (фитнес)

2.2. Многолетнее обучение учащихся осуществляется в группах по трем уровням:

- в группах ознакомительного (стартового) уровня – 2 года (2-3ч/ в неделю, 72-108ч/в год);
- в группах базового уровня - 3 года (6ч-9ч/в неделю, 216ч-324ч/в год);
- в группах углубленного уровня - 3 года (9-12ч/в неделю, 324-432ч/в год);

Период обучения составляет от 2^х до 8 лет и включает в себя:

2.2.1 В группы ознакомительного (стартового уровня) – принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Критерием эффективной работы на данном уровне являются:

- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
- освоения основ знаний в области гигиены, физической культуры и навыков самоконтроля.

2.2.2. В группы базового уровня – принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Задачи на базовом и – организация содержательного досуга средствами спорта, систематические занятия спортом, направленные на развитие личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, привитие навыка гигиены и самоконтроля.

Задачи на базовом и – организация содержательного досуга средствами спорта, систематические занятия спортом, направленные на развитие личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, привитие навыка гигиены и самоконтроля.

Критерием эффективной работы на данном уровне являются:

- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
- освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

2.2.3. в группы углубленного уровня – принимаются желающие, не имеющие медицинских противопоказаний в установленном для вида спорта минимальном возрасте.

Задачи на углубленном уровне - повышение уровня физического развития, общей физической и специальной подготовленности, выполнение должных норм в виде спорта, исходя из индивидуальных особенностей занимающихся, профилактика вредных привычек и правонарушений.

Критерием эффективной работы на данном уровне являются:

- стабильность состава воспитанников;
- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта;
- динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности.
- освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных программой по выбранному виду спорта;
- выполнение нормативов массовых спортивных разрядов.

2.2.4. Для обеспечения многолетнего результативного обучения учреждение использует систему спортивного отбора, включающую в себя:

- сдачу контрольных нормативов с целью комплектования учебных групп;
- просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

3. Типы и виды образовательных программ

Содержание обучения определяются дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами, составленными на основе типовых государственных образовательных программ по мини-футболу (футболу), боксу, лыжным гонкам, настольному теннису, шахматам, шашкам, волейболу, фитнесу и другим спортивным направлениям.

Основные виды содержания занятий.

1. Физическая подготовка включает:

- Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;
- Спортивно-оздоровительную подготовку (СОП), направленную на самоопределение в области спортивного направления;
- 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. 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 ДЮСШ, района, области, РФ.
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, два раза в год (сентябрь, январь). В задачи контроля входят: диагностика спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

4. Продолжительность учебного года включает

- 4.1. 36 учебных недель (с 1.09.25г. по 31.05.26 г.)
- 4.2. 8 недель в летнее время – самостоятельное поддержание спортивной формы учащимися в период ежегодного отпуска тренера – преподавателя.
- 4.3. 3 недели в августе – учебно-тренировочные сборы.

5. Методическое обеспечение образовательного процесса.

Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:

5.1. Научно-педагогической помощи: разработка и внедрение образовательных учебных программ физкультурно-спортивной направленности. Участие в семинарах для тренеров-преподавателей по видам спорта с целью изучения передовых и представления собственных разработок по различным направлениям видов спорта.

5.2. Консультативно-методической помощи:

Проведение тренерских советов в рамках МБУ ДО «ДЮСШ». Методические семинары и консультации с привлечением учителей физической культуры общеобразовательных школ.

Организация и проведение районных спартакиад школьников. Организация и проведение районных, областных соревнований.

Аттестация тренеров-преподавателей МБУ ДО «ДЮСШ».

5.3. Повышение квалификации:

Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры.

Участие в соревнованиях муниципального, регионального, всероссийского уровней, и в их судействе.

Участие в районных, областных конкурсах и семинарах, семинарах и курсах по судейству соревнований.

Обеспечение современной методической литературой.

Изучение правил соревнований и изменений в них.

Самовыдвижение на присвоение квалификационной категории.

Самообразование.

Учебный план
Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско - юношеская спортивная школа Камешкирского района»
на 2025-2026 учебный год

Наименование отделения	Образовательный уровень				Всего часов
	Ознакомительный стартовый уровень первого года (количество часов)	Ознакомительный стартовый уровень второго года (кол-во часов)	Базовый уровень (1,2,3года обучения) (кол-во часов)	Углубленный уровень (1,2,3года обучения) (кол-во часов)	
1	2	3	4	5	6
бокс			9		18
1 группа					
2 группа				9	
лыжные гонки				12	12
1 группа					
Футбол			6		57
1 группа					
2 группа			6		
3 группа			6		
4 группа			6		
5 группа			6		
6 группа			9		
7 группа			9		
8 группа			9		
Шашки			6		18
1 группа					
Шахматы			6		
1 группа					
2 группа			6		
Н.теннис			3		3
1 группа					
ОФП	2				12
1 группа					
2 группа		2			
3 группа	2				
4 группа		2			
5 группа	4				
Фитнес			6		6
1 группа					
Волейбол			9		9ч
1 группа					
Итого: 22 гр.	8	4	102	21	135

Директор  / И.Г.Егорова