

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа «Победа»

Рассмотрено и рекомендовано  
к утверждению:  
педагогическим советом  
протокол № 1  
от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «СШ «Победа»  
А.В. Чугуев  
приказ МБУ ДО «СШ «Победа»  
от «29» августа 2025 г. № 150



**Учебный план**  
**муниципального бюджетного учреждения**  
**дополнительного образования**  
**«Спортивная школа «Победа»**  
**на 2025-2026 учебный год**

## **Пояснительная записка**

Учебный план муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Победа» (далее- спортивная школа) является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в учреждении.

Учебный план спортивной школы составлен в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г.; № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
  - Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
  - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р;
  - Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
  - Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
  - Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 г. №170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
  - Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
  - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
  - Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие и дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта;
  - Устав МБУ ДО СШ «Победа».
- Учебный план спортивной школы отражает основные цели и задачи, стоящие перед учреждением:
- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
  - формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
  - получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;

- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки;
- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании.

Учебный год в спортивной школе начинается 01 сентября.

В 2025-2026 учебном году в спортивной школе реализуется 7 дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности и 5 дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта.

### **Реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности**

№ п/п	Название программы	Уровень программы	Продолжительность
1.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта <b>Плавание</b>	базовый	1 год (276 ч.)
2.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта <b>Баскетбол</b>	базовый	1 год (276 ч.)
3.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта <b>Волейбол</b>	базовый	1 год (276 ч.)
4.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта <b>Футбол</b>	базовый	1 год (276 ч.)
5.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта <b>Легшая атлетика</b>	базовый	1 год (276 ч.)
6.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта <b>Кудо</b>	базовый	1 год (276 ч.)
7.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта <b>Фитнес-аэробика</b>	базовый	1 год (276 ч.)

Занятия в группах проводятся по учебному плану, рассчитанному на 46 недель в год для реализации предметных областей в рамках проведения теоретических и практических занятий, тренировочных и спортивных мероприятий и 6 недель самостоятельная работа учащихся на период их активного отдыха, в том числе с применением дистанционных технологий, на основании распоряжения учредителя.

Тренировочные занятия с обучающимися:

- в возрасте до 16 лет проводятся с 8.00 часов до 20.00 часов.
- в возрасте от 16 лет проводятся с 8.00 часов до 21.00 часа.

Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.

Продолжительность одного тренировочного занятия в день при обучении по общеразвивающим программам - не более 2-х академических часов.

Один академический час равен 45 минутам.

Основными формами работы в спортивной школе являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- учебно-тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия;
- инструкторская и судейская практика;
- промежуточная и итоговая аттестация.

Расписание занятий (тренировок) составляется по представлению тренера-преподавателя и утверждается директором.

### **Учебная нагрузка**

Максим. кол-во тренировок в неделю	Максим. кол-во тренировок в год	Максим. количество Учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год
3	138	6	276

## Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	1	1	-	Беседа, устный опрос
2.	Теоретическая подготовка	16	16	-	Беседа, устный опрос
3.	Общая физическая подготовка	110	-	110	Выполнение нормативов
4.	Специальная физическая подготовка	55	-	55	Выполнение нормативов
5.	Техническая, технико- тактическая, хореографическая подготовка.	39	4	35	Выполнение нормативов
6.	Другие виды спорта и подвижные игры	33	-	33	Выполнение практического задания, тестирование
7.	Физкультурные и спортивные мероприятия	8	-	8	Участие в соревнованиях
8.	Самостоятельная работа	8	-	8	
9.	Контрольные занятия	6	-	6	Выполнение нормативов
<b>Итого:</b>		<b>276</b>	<b>21</b>	<b>255</b>	

## Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки

№ п/п	Название программы	Этапы программы
1.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта <b>Плавание</b>	НП, УТГ
2.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта <b>Баскетбол</b>	УТГ
3.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта <b>Волейбол</b>	УТГ
4.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта <b>Футбол</b>	УТГ
5.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта <b>Легкая атлетика</b>	НП, УТГ

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитана на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (Приложение №1) (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов. В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия спортивных

соревнований.

Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам спортивной подготовки;
- тренировочные мероприятия;
- участие в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

### **1. Плавание**

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки**

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	2	7	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	9	12

### **Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап(этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-9	12-14	16-18
Общее количество часов в год	234-312	312-468	624-728	832-936

### **2. Баскетбол**

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки**

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	8	15
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	11	12

**Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	8-14	12-18
Общее количество часов в год	234-312	312-416	416-728	624-936

### 3. Волейбол

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки**

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	8	14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	11	12

**Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-12	12-18
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-624	624-936

#### 4. Футбол

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки**

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	7	14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4-5	10	12

**Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-12	12-16
Общее количество часов в год	234-312	312-416	520-624	624-832

## 5. Легкая атлетика

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки**

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	9	10
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	2-5	12	8

**Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	9-14	12-18
Общее количество часов в год	234-312	312-416	468-728	624-936

**Учебный план муниципального бюджетного образовательного  
учреждения дополнительного образования «Спортивная школа  
«Победа» на 2025-2026 уч. год**

**ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

этап подготовки	кол-во групп	к-во уч-ся во всех группах	к-во часов в неделю в 1 группе	к-во часов в неделю во всех группах	к-во часов в год в одной группе	к-во часов в год во всех группах	норма оплаты в %
СОГ	3	50	6	18	276	828	2,2
ЭНП-1			6	0	312	0	2,2
ЭНП-2			7	0	364	0	3
ЭНП-3	1	13	8	8	416	416	3,6
УТГ-1	1	12	10	10	520	520	6
УТГ-2	1	12	11	11	572	572	9
УТГ-3			12	0	624	0	12
УТГ-4			14	0	728	0	13
УТГ-5			16	0	832	0	14
всего	6	87		47		2336	

**ВОЛЕЙБОЛ**

этап подготовки	кол-во групп	к-во уч-ся во всех группах	к-во часов в неделю в 1 группе	к-во часов в неделю во всех группах	к-во часов в год в одной группе	к-во часов в год во всех группах	норма оплаты в %
СОГ	3	74	6	18	276	828	2,2
ЭНП-1			6	0	312	0	2,2
ЭНП-2			7	0	364	0	3
ЭНП-3			8	0	416	0	3,6
УТГ-1			10	0	520	0	6
УТГ-2	1	12	11	11	572	572	9
УТГ-3			12	0	624	0	12
УТГ-4			14	0	728	0	13
УТГ-5			16	0	832	0	14
всего	4	86		29		1400	

## ПЛАВАНИЕ

этап подготовки	кол-во групп	к-во уч-ся во всех группах	к-во часов в неделю в 1 группе	к-во часов в неделю во всех группах	к-во часов в год в одной группе	к-во часов в год во всех группах	норма оплаты в %
СОГ	7	189	6	42	276	1932	2,2
ЭНП-1			6	0	312	0	2,2
ЭНП-2			7	0	364	0	3
ЭНП-3	1	15	8	8	416	416	3,6
УТГ-1	1	12	10	10	520	520	6
УТГ-2			11	0	572	0	9
УТГ-3			12	0	624	0	12
УТГ-4			14	0	728	0	13
УТГ-5			16	0	832	0	14
всего	9	216		60		2868	

## БАСКЕТБОЛ

этап подготовки	кол-во групп	к-во уч-ся во всех группах	к-во часов в неделю в 1 группе	к-во часов в неделю во всех группах	к-во часов в год в одной группе	к-во часов в год во всех группах	норма оплаты в %
СОГ	3	58	6	18	276	828	2,2
ЭНП-1	0	0	6	0	312	0	2,2
ЭНП-2			7		364	0	3
ЭНП-3			8	0	416	0	3,6
УТГ-1	1	12	10	10	520	520	5
УТГ-2			11	0	572	0	8
УТГ-3			12	0	624	0	11
УТГ-4			14	0	728	0	12
УТГ-5			16	0	832	0	13
всего	4	70		28		1348	

## ФУТБОЛ

этап подготовки	кол-во групп	к-во уч-ся во всех группах	к-во часов в неделю в 1 группе	к-во часов в неделю во всех группах	к-во часов в год в одной группе	к-во часов в год во всех группах	норма оплаты в %
СОГ	4	92	6	24	276	1104	2,2
ЭНП-1			6	0	312	0	2,2
ЭНП-2			7	0	364	0	3
ЭНП-3			8	0	416	0	3,6
УТГ-1	1	12	10	10	520	520	5
УТГ-2	1	12	11	11	572	572	8
УТГ-3			12	0	624	0	11
УТГ-4			14	0	728	0	12
УТГ-5			16	0	832	0	13
всего	6	116		45		2196	

КУДО

этап подготовки	кол-во групп	к-во уч-ся во всех группах	к-во часов в неделю в 1 группе	к-во часов в неделю во всех группах	к-во часов в год в одной группе	к-во часов в год во всех группах	норма оплаты в %
СОГ	1	23	6	6	276	276	2,2
ЭНП-1			6	0	312	0	2,2
ЭНП-2			7	0	364	0	3
ЭНП-3			8	0	416	0	3,6
УТГ-1			10	0	520	0	6
УТГ-2			11	0	572	0	9
УТГ-3			12	0	624	0	12
УТГ-4			14	0	728	0	13
УТГ-5			16	0	832	0	14
всего	1	23		6		276	

# **ФИТНЕС-АЭРОБИКА**

этап подготовки	кол-во групп	к-во уч-ся во всех группах	к-во часов в неделю в 1 группе	к-во часов в неделю во всех группах	к-во часов в год в одной группе	к-во часов в год во всех группах	норма оплаты в %
СОГ	2	46	6	12	276	552	2,2
ЭНП-1			6	0	312	0	2,2
ЭНП-2			7	0	364	0	3
ЭНП-3			8	0	416	0	3,6
УТГ-1			10	0	520	0	6
УТГ-2			11	0	572	0	9
УТГ-3			12	0	624	0	12
УТГ-4			14	0	728	0	13
УТГ-5			16	0	832	0	14
всего	2	46		12		552	

## СВОДНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН МБУ ДО "СШ "ПОБЕДА" на 2025-2026 уч. год

Количество часов в год на спортивно-оздоровительном этапе: 6348

Количество часов в год на этапе начальной подготовки: 832

Количество часов в год на учебно-тренировочном этапе: 3796

вид спорта	количество групп	количество учащихся во всех группах	количество часов в неделю во всех группах	количество часов в год во всех группах
Легкая атлетика	6	87	47	2336
ВОЛЕЙБОЛ	4	86	29	1400
ПЛАВАНИЕ	9	216	60	2868
БАСКЕТБОЛ	4	70	28	1348
ФУТБОЛ	6	116	45	2196
КУДО	1	23	6	276
АЭРОБИКА	2	46	12	552
Итого:	32	644	227	10976