

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Победа»

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



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

Новоалександровск, 2025 г.

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 Плавание	базовый	1 год (276 ч.)
2.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Баскетбол	базовый	1 год (276 ч.)
3.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Волейбол	базовый	1 год (276 ч.)
4.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Футбол	базовый	1 год (276 ч.)
5.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Легкая атлетика	базовый	1 год (276 ч.)
6.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Кудо	базовый	1 год (276 ч.)
7.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта Фитнес-аэробика	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
Итого:		276	21	255	

Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки

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