

**УТВЕРЖДЕН**  
приказом директора  
от 25.08.2023 № 22

**Учебный план**  
**муниципального казенного образовательного учреждения**  
**дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы**  
**пгт Юрья Юрьянского района Кировской области**  
**на 2023-2024 учебный год**

**пгт Юрья**  
**2023г.**

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящий учебный план разработан в соответствии и с учетом основных положений и требований Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, утвержденного Постановлением федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека № 41 от 4 июля 2014 г. (СанПин 2.4.4.3172-14), Уставом МКОУ ДО ДЮСШ пгт Юрья.

Учебный план направлен на достижение основных целей ДЮСШ – создание оптимальных условий для развития детско-юношеского спорта, повышения уровня физической подготовленности и спортивных результатов обучающихся с учетом индивидуальных особенностей, воспитания их морально-этических и нравственно-волевых качеств. Основным условием для достижения целей ДЮСШ является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его индивидуальных особенностей, возможностей и способностей, которая обеспечивается решением специфических задач на каждом этапе обучения. При разработке учебного плана соблюдается принцип преемственности между дополнительными общеобразовательными программами, этапами обучения, учитываются материально-технические условия, региональные условия, кадровое обеспечение, календарь областных и муниципальных соревнований по видам спорта.

в учреждении реализовываются дополнительные общеразвивающие программы. Программы разработаны в соответствии и с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования и физической культуры и спорта, соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по таким программам. Программы учитывают требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта. Каждая дополнительная общеобразовательная программа представляет собой нормативный документ, рассмотренный и одобренный педагогическим советом.

Дополнительные общеобразовательные программы (общеразвивающие) направлены на спортивно-оздоровительную деятельность обучающихся от 5 лет до 18 лет при условии наличия медицинского допуска врача.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся в спортивных группах являются:

- выполнение контрольных нормативов, объемов тренировочной нагрузки по специальной физической подготовки, овладение знаниями теории по видам спорта и практическими навыками проведения соревнований,
- успешное выступление на соревнованиях, выполнение разрядных норм и званий.

Предоставление образовательной услуги в учреждении осуществлялось по именному сертификату дополнительного образования(ПФДО).

В связи с новыми требованиями персонифицированного дополнительного образования реализуются следующие дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности:

## Бюджетные

Программа	Направленность	Название программы	Срок реализации	Возраст	Автор, составитель
Дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы	Физкультурно-спортивная	Волейбол, 2023г.	1 год	5-18 лет	Новгородцева Т.В. Рыбаков А.Н. Пестриков Д.Е. Шулакова Е.А.
	Физкультурно-спортивная	Баскетбол, 2023г.	1 год	5-18 лет	Новгородцева Т.В. Ивачёв Ю.Н. Градобоев Д.В. Урванцева Л.А.
	Физкультурно-спортивная	Бокс, 2023г.	1 год	5-18 лет	Новгородцева Т.В. Лебецкий Б.Б, Дроздов А.М.
	Физкультурно-спортивная	Настольный теннис, 2023г.	1 год	5-18 лет	Новгородцева Т.В., Пестриков Д.Е. Кривошеин Д.В.
	Физкультурно-спортивная	Хоккей с шайбой, 2023г.	1 год	5-18 лет	Новгородцева Т.В., Маракулин А.Н.
	Физкультурно-спортивная	Мини-футбол, 2023г.	1 год	5-18 лет	Новгородцева Т.В., Барков С.Ф. Пестриков Д.Е.
	Физкультурно-спортивная	Спортивная акробатика, 2023г.	1 год	5-18 лет	Безденежных А.А. Ким Т.М. Караулов С.М.
	Спортивно-оздоровительная	«Атлет» (для летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием), 2023г.	На период проведения лагеря (18 дней)	6-18 лет	Новгородцева Т.В.
	Физкультурно-спортивная	Бокс, 2023г.	8 лет	10-18 лет	Новгородцева Т.В., Лебецкий Б.Б,
Физкультурно-спортивная	Мини – футбол, 2023г.	8 лет	8-18 лет	Новгородцева Т.В., Барков С.Ф	
<b>Сертифицированные</b>					
Дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы	Физкультурно-спортивная	Настольный теннис, 2023г.	1 год	10-13 лет	Новгородцева Т.В., Пестриков Д.Е. Кривошеин Д.В.
		Бокс, 2023г.	1 год	5-18 лет	Новгородцева Т.В. Лебецкий Б.Б, Дроздов А.М.

Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые тренировочные занятия, индивидуальные тренировочные занятия, участие в соревнованиях или иных мероприятиях. Тренировочные занятия являются основным элементом образовательного процесса, строятся на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей обучающихся. Содержание деятельности в тренировочной группе определяется тренером-преподавателем с учетом дополнительных общеобразовательных программ и учебных планов. При выборе средств и методов обучения тренеры-преподаватели отдают предпочтение развивающим методикам, учитывают индивидуальные особенности обучающихся, формируют

устойчивые интересы и навыки самостоятельной работы. Часовая нагрузка распределяется согласно дополнительным общеобразовательным программам с учетом возраста обучающихся, и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся. Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого.

Распределение времени в учебном плане на предметные области подготовки по этапам и годам обучения осуществляется с конкретными задачами многолетней спортивной подготовки и обеспечения преемственности дополнительных общеобразовательных программ:

**Спортивно-оздоровительный этап** (дополнительные общеразвивающие программы с элементами видов спорта 1 год обучения):

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

**Учебные группы 1-3 года обучения** (дополнительные общеразвивающие программы 8 лет обучения):

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся; - выявление задатков и способностей обучающихся;
- освоение основ техники в избранном виде спорта;
- содействие гармоничному формированию растущему организму;
- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

**Учебные группы 4-8 года обучения** (дополнительные общеразвивающие программы 8 лет обучения):

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- закрепление культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- совершенствование техники избранного вида спорта;
- развитие специальных физических качеств;
- повышение уровня физической подготовленности;
- приобретение и накопление соревновательной практики;
- поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

С увеличением общего годового объема часов изменяется соотношение времени на различные предметные области. Из года в год повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую, интегральную подготовку. Постепенно уменьшается, а затем стабилизируется объем нагрузок, направленных на развитие общефизических качеств.

#### **ОБЩИЙ РЕЖИМ РАБОТЫ**

Учреждение организует работу с учащимися в течение всего календарного года, включая каникулярное время и выходные дни. Учебный год в МКОУ ДО ДЮСШ пгт Юрья проводится с 1 октября по 31 мая.

Продолжительность учебного процесса – 32 недели, 4 недели – организация спортивно-оздоровительных лагерей, которые проводятся в летние каникулы.

Режим работы Учреждения с 08.00 до 21.00 часов.

Обучающиеся имеют право посещать несколько спортивных секций в ДЮСШ и менять их. Продолжительность учебных занятий ( в соответствии с СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-

эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189) п. 10.9 продолжительность урока (академический час) во всех классах не должна превышать 45 минут). Для обучающихся дошкольного возраста – 30 минут (не более 4-х академических часов в день); для учащихся начальной, основной и средней школы – 40 минут (не более 3-х академических часов в учебные дни, 4-х академических часов в выходные и каникулярные дни). После 30-45 минут занятий устанавливается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха и проветривания помещений.

Расписание тренировочных занятий составляется с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся, графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой деятельности. Занятия учащихся в период школьных каникул проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, планом работы Учреждения в форме тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых, досуговых мероприятий, выезда в физкультурно-спортивные и спортивно-оздоровительные лагеря. Средняя наполняемость групп составила-15 человек.

## 2. Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год.

№ п.п.	Программа	Год обучения	Кол-во часов в неделю(ч.)	Кол-во часов в год (ч.)
<b>Дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы</b>				
1.	<b>Мини-футбол</b>	Спортивно-оздоровительный этап	6	192
2.	<b>Хоккей с шайбой</b>	Спортивно-оздоровительный этап	6	192
3.	<b>Баскетбол</b>	Спортивно-оздоровительный этап	3-6	64-192
4.	<b>Волейбол</b>	Спортивно-оздоровительный этап	3-6	64-192
5.	<b>Бокс</b>	Спортивно-оздоровительный этап	6	192
6.	<b>Настольный теннис</b>	Спортивно-оздоровительный этап	6	192
7.	<b>Спортивная акробатика</b>	Спортивно-оздоровительный этап	6	192
<b>Дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы срок обучения 8 лет</b>				
1.	<b>Мини-футбол</b>	Учебная группа 3 года обучения	9	288
2.	<b>Бокс</b>	Учебная группа 2 года обучения	6	192
		Учебная группа 3 года обучения	9	288
		Учебная группа 6 года обучения	12	384

### Отделение мини-футбола.

#### **Комплектование учебных групп по возрасту и количественному составу**

Год обучения	Минимальный возраст обучающихся для зачисления	Минимальная/максимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю	Минимальные требования к спортивной подготовке на конец учебного года

весь период обучения	5	15	до 6	Выполнить контрольно-нормативные требования
<b>Учебной группы 3 года обучения</b>	8-9	15/27	9	Выполнить контрольно-нормативные требования

**Годовой план распределения учебных часов  
спортивно- оздоровительного этапа  
6 часов в неделю**

Месяц	10	11	12	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	12	13	12	14	12	12	12	12
Специальная физическая подготовка	7	7	7	7	7	8	7	7
Технико-тактическая подготовка	3	2	2	2	2	2	2	2
Теоретическая подготовка	1	1	2	1	2	1	1	1
Контрольно-переводные испытания							2	2
Интегральная подготовка		1	1		1	1		
Всего за месяц	24	24	24	24	24	24	24	24
Всего за год		<b>192 часа</b>						

**Годовой план распределения учебных часов  
Учебной группы 3 года обучения**

Предметные области		Месяц							
		10	11	12	1	2	3	4	5
1	Теоретическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4
2	Общая физическая подготовка	8	8	8	8	8	8	8	8
3	<b>Избранный вид спорта:</b>	15	15	16	16	16	16	15	15
3.1.	Теория и методика избранного вида спорта	1	1	1	1	1	1	1	1
3.2.	Технико-тактическая подготовка	12	12	14	14	14	14	12	12
3.3.	Соревновательная подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1
3.4.	Инструкторская и судейская практика	1	1					1	1
4	Специальная физическая подготовка	8	8	8	8	8	8	8	8
5	Промежуточная и итоговая аттестация	1	1					1	1
Всего за месяц		36	36	36	36	36	36	36	36
Всего за год		288 часов							

## Отделение баскетбола.

На протяжении всего периода обучения в спортивной школе баскетболисты проходят спортивно-оздоровительный этап, где предусматривается решение определённых задач.

**Режимы учебно-тренировочной работы и требования  
по физической, технической и спортивной подготовке**

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления	Минимальное число учащихся в группе	Количество учебных часов в неделю	Требования по физ. и спец. подготовке на начало учебного года
Весь период	5 лет	15	до 6	Выполнение ОФП

**Годовой план распределения учебных часов для этапа СО 2 часа в неделю**

Месяц	10	11	12	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	4	3	3	3	4	3	3	3

Специальная физическая подготовка	2	3	3	3	2	3	2	2
Технико-тактическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1
Теоретическая подготовка	1	1		1		1	1	
Контрольно-переводные испытания							1	1
Интегральная подготовка			1					1
Всего за месяц	8	8	8	8	8	8	8	8
Всего за год		<b>64 часа</b>						

**Годовой план распределения учебных часов  
спортивно- оздоровительного этапа 6 часов в неделю**

Месяц	10	11	12	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	12	13	12	14	12	12	12	12
Специальная физическая подготовка	7	7	7	7	7	8	7	7
Технико-тактическая подготовка	3	2	2	2	2	2	2	2
Теоретическая подготовка	1	1	2	1	2	1	1	1
Контрольно-переводные испытания							2	2
Интегральная подготовка		1	1		1	1		
Всего за месяц	24	24	24	24	24	24	24	24
Всего за год		<b>192 часа</b>						

## Отделение хоккея с шайбой

**Режимы учебно-тренировочной работы и требования  
по физической, технической и спортивной подготовке**

Этапы подготовки	Год обучения	Минимальный возраст обучающихся для зачисления	Минимальная/максимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю	Минимальные требования к спортивной подготовке на конец учебного года
<b>Спортивно-оздоровительный этап</b>	весь период обучения	5	15	до 6	Выполнить контрольно-нормативные требования

**Годовой план распределения учебных часов  
спортивно- оздоровительного этапа 6 часов в неделю**

Месяц	10	11	12	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	12	13	12	14	12	12	12	12
Специальная физическая подготовка	7	7	7	7	7	8	7	7
Технико-тактическая подготовка	3	2	2	2	2	2	2	2
Теоретическая подготовка	1	1	2	1	2	1	1	1
Контрольно-переводные испытания							2	2
Интегральная подготовка		1	1		1	1		
Всего за месяц	24	24	24	24	24	24	24	24
Всего за год		<b>192 часа</b>						

## Отделение волейбола.

### Спортивно-оздоровительный этап

#### Режимы учебно-тренировочной работы и требования по физической, технической и спортивной подготовке

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления	Минимальное число учащихся в группе	Количество учебных часов в неделю	Требования по физ. и спец. подготовке на начало учебного года
Спортивно-оздоровительный этап	5 лет	15	до 6	Выполнение ОФП

#### Годовой план распределения учебных часов для этапа СО 2 часа в неделю

Месяц	10	11	12	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	4	3	3	3	4	3	3	3
Специальная физическая подготовка	2	3	3	3	2	3	2	2
Технико-тактическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1
Теоретическая подготовка	1	1		1		1	1	
Контрольно-переводные испытания							1	1
Интегральная подготовка			1					1
Всего за месяц	8	8	8	8	8	8	8	8
Всего за год	<b>64 часа</b>							

#### Годовой план распределения учебных часов спортивно-оздоровительного этапа 6 часов в неделю

Месяц	10	11	12	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	12	13	12	14	12	12	12	12
Специальная физическая подготовка	7	7	7	7	7	8	7	7
Технико-тактическая подготовка	3	2	2	2	2	2	2	2
Теоретическая подготовка	1	1	2	1	2	1	1	1
Контрольно-переводные испытания							2	2
Интегральная подготовка		1	1		1	1		
Всего за месяц	24	24	24	24	24	24	24	24
Всего за год	<b>192 часа</b>							

## Отделение бокса.

На протяжении всего периода обучения в спортивной школе боксёры проходят несколько возрастных этапов.

#### Режимы учебно-тренировочной работы и требования по физической, технической и спортивной подготовке

Год обучения	Минимальный возраст обучающихся для зачисления	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Минимальные требования к спортивной подготовке на конец учебного года
Спортивно-оздоровительный этап				



Учебная группа 2 года обучения	5	15	до 25	Овладение основами техники спортивной тренировки Нормативы по ОФП
Учебная группа 3 года обучения	10-11	15	25	Овладение основами техники спортивной тренировки Нормативы по ОФП и СФП
Учебная группа 6 года обучения	12-16	12	20	

**Спортивно-оздоровительный этап**  
**Примерный учебный план учебно-тренировочных занятий**  
**6 часов в неделю**

Месяц	10	11	12	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	12	13	12	14	12	12	12	12
Специальная физическая подготовка	7	7	7	7	7	8	7	7
Технико-тактическая подготовка	3	2	2	2	2	2	2	2
Теоретическая подготовка	1	1	2	1	2	1	1	1
Контрольно-переводные испытания							2	2
Интегральная подготовка		1	1		1	1		
Всего за месяц	24	24	24	24	24	24	24	24
Всего за год		<b>192 часа</b>						

Годовой план распределения учебных часов  
для учебной группы **2- года обучения**  
**6 часов**

Предметные области		Месяц							
		10	11	12	1	2	3	4	5
1	<b>Теоретическая подготовка</b>	3	3	3	3	3	3	3	3
2	<b>Общая физическая подготовка</b>	5	5	5	5	5	5	5	5
3	<b>Избранный вид спорта:</b>	10	10	11	11	11	11	10	10
3.1.	Теория и методика избранного вида спорта	1	1	1	1	1	1	1	1
3.2.	Технико-тактическая подготовка	7	7	7	8	8	7	8	8
3.3.	Соревновательная подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1
3.4.	Инструкторская и судейская практика	1	1	1			1		
4	<b>Специальная физическая подготовка</b>	5	5	5	5	5	5	5	5
5	<b>Промежуточная и итоговая аттестация</b>	1	1					1	1
Всего за месяц		24	24	24	24	24	24	24	24
Всего за год		192 часа							

Годовой план распределения учебных часов  
для учебной группы **3- года обучения**  
для учебной группы **6- года обучения**  
**9 часов**

Предметные области		Месяц							
		10	11	12	1	2	3	4	5
1	<b>Теоретическая подготовка</b>	4	4	4	4	4	4	4	4
2	<b>Общая физическая подготовка</b>	8	8	8	8	8	8	8	8
3	<b>Избранный вид спорта:</b>	15	15	16	16	16	16	15	15
3.1.	Теория и методика избранного вида	1	1	1	1	1	1	1	1

	спорта								
3.2.	Технико-тактическая подготовка	12	12	14	14	14	14	12	12
3.3.	Соревновательная подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1
3.4.	Инструкторская и судейская практика	1	1					1	1
4	<b>Специальная физическая подготовка</b>	8	8	8	8	8	8	8	8
5	<b>Промежуточная и итоговая аттестация</b>	1	1					1	1
Всего за месяц		36	36	36	36	36	36	36	36
Всего за год		288 часов							

## Отделение настольного тенниса

Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки теннисистов. Этап спортивной подготовки – спортивно-оздоровительный этап (СО).

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления	Минимальное число учащихся	Количество учебных часов в неделю	Требования по физ. и спец. подготовке на начало учебного года
Весь период	11 лет	15	до 4	Выполнение ОФП

### Спортивно-оздоровительный этап Примерный учебный план учебно-тренировочных занятий

№ п\п	Разделы подготовки	СО
	Общая физическая подготовка	64
2	Специальная физическая подготовка	38
3	Технико-тактическая подготовка	14
4	Теоретическая подготовка	10
5	Контрольно-переводные испытания	2
7	Интегральная подготовка	2
<b>Общее количество часов</b>		<b>128</b>
<b>Количество часов в неделю</b>		<b>4</b>