

Рассмотрен
на заседании педагогического совета
МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака»
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.



Утверждаю:
И.о. директора
МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака»
Е.А. Головин
Приказ № 109-ОД от 30 августа 2023г.

Учебный план

(приложение к образовательной программе на 2023-2024 учебный год)

муниципального бюджетного
учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа Новооскольского
района Белгородской области
имени Александра Ефимовича Щербака»
на 2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Учебный план МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака» разработан в соответствии с нормативными документами **Федерального уровня:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года и план мероприятий по её реализации (утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20)
- Приказ Минспорта России от 15.11.2022 г. № 987 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»;
- Приказ Минспорта России от 22.11.2022 г. № 1055 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Бокс»;
- Приказ Минспорта России от 16.11.2022 г. № 1000 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»;
- Приказ Минспорта России от 09.11.2022 г. № 944 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Гиревой спорт»;
- Приказ Минспорта России от 09.11.2022 г. № 952 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы»;
- Приказ Минспорта России от 16.11.2022 г. № 1004 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Плавание».

Уровня учреждения:

- Устав МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака»;
- Образовательная программа МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака» на 2023-2024 учебный год;
- Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта футбол, волейбол, гиревой спорт, бокс; дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта футбол, волейбол, бокс, шахматы, плавание.

Цель учебного плана.

Основной целью учебного плана является содействие реализации образовательной программы.

Количество групп в МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака»

Наименование отделения	Этапы обучения										Всего
	Спортивно-оздоровительный		Начальная подготовка			Учебно-тренировочный					
	СО 1	СО 3	НП1	НП2	НП3	УТ 1	УТ 2	УТ 3	УТ 4	УТ 5	
футбол	4	14		1	1	-					20
волейбол	5	10		1	3	-					19
гиревой спорт			2			-					2
бокс		2				1					3
шахматы	3	2				-					5
плавание		6				-					6
Итого:	12	34	2	2	4	1					55

Количество учащихся в МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака»

Наименование отделения	Этапы обучения										Всего
	Спортивно-оздоровительный		Начальная подготовка			Учебно-тренировочный					
	СО 1	СО 3	НП1	НП2	НП3	УТ 1	УТ 2	УТ 3	УТ 4	УТ 5	
футбол	80	390		25	25						520
волейбол	100	315		28	73						516
гиревой спорт			35								35
бокс		50				12					62
шахматы	60	50									110
плавание		150									150
Итого:	240	955	35	53	98	12					1393

**Количество часов в неделю/год в МБУДО
«ДЮСШ им. А.Е.Щербака»**

[illegible]

	432									
плавание		36/ 1404								36/ 1404
Итого:	48/ 1728	204/ 7956	12/ 624	12/624	24/ 1248	10/ 520				310/ 12700

Задачи и преимущественная направленность обучения при реализации дополнительных общеразвивающих программ

Этап обучения: Спортивно-оздоровительный (СО) – весь период

Основная цель реализации дополнительной общеразвивающей программы осуществляется **на спортивно-оздоровительном этапе** – это расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности.

Основные задачи обучения:

- укрепление здоровья, привлечение детей и взрослых к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- физическое воспитание, физическое развитие личности, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, удовлетворение потребности в двигательной активности;
- выявление одарённых детей;
- ориентация на создание оптимальных условий для наиболее полного удовлетворения интересов и потребностей детей и взрослых, саморазвитие личности, оказание помощи и поддержки в самовоспитании, нравственном совершенствовании.

Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей программе отделения футбол на 2023-2024 учебный год 36 учебных недель

№ п/п	Виды подготовки	Кол-во часов
1	Общая физическая подготовка	30
2	Специальная физическая подготовка	24
3	Техническая подготовка	32
4	Тактическая подготовка	22
5	Теоретическая подготовка	9
6	Интегральная подготовка	8
7	Участие в соревнованиях	8
8	Другие виды спорта	7

9	Контрольные испытания	4
Всего часов в неделю:		4
Всего часов:		144

**Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей
программе отделения футбол на 2023-2024 учебный год
39 учебных недель**

№ n/n	Виды подготовки	Кол-во часов
1.	Теоретическая подготовка	8
2.	Практические занятия:	
2.1	Общая физическая подготовка	40
2.2	Специальная физическая подготовка	16
2.3	Техническая подготовка	116
2.4	Тактическая подготовка	24
2.5	Учебные и тренировочные игры	20
2.6	Соревнования	8
2.7	Инструкторская и судейская практика	-
2.8	Промежуточная аттестация	2
	Всего часов в неделю	6
	Итого:	234

**Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей
программе отделения волейбол на 2023-2024 учебный год
36 учебных недель**

№ n/n	Виды подготовки	Кол-во часов
1	Общая физическая подготовка	30
2	Специальная физическая подготовка	24
3	Техническая подготовка	32
4	Тактическая подготовка	22
5	Теоретическая подготовка	9
6	Интегральная подготовка	8
7	Участие в соревнованиях	7
8	Другие виды спорта	8
9	Контрольные испытания	4
Всего часов в неделю:		4
Всего часов:		144

**Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей
программе отделения волейбол на 2023-2024 учебный год
39 учебных недель**

№ п/п	Виды подготовки	Кол-во часов
1.	Теоретическая подготовка	8
2.	Практические занятия:	
2.1	Общая физическая подготовка	40
2.2	Специальная физическая подготовка	16
2.3	Техническая подготовка	116
2.4	Тактическая подготовка	24
2.5	Интегральная подготовка	20
2.6	Соревнования	8
2.7	Инструкторская и судейская практика	-
2.8	Промежуточная аттестация	2
	Всего часов в неделю	6
	Итого:	234

**Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей
программе отделения шахматы на 2023-2024 учебный год
36 учебных недель**

№ п/п	Виды подготовки	Кол-во часов
1	Общая физическая подготовка	11
2	Теоретическая подготовка, психологическая	57
3	Практическая подготовка	66
4	Инструкторская и судейская практика	-
5	Участие в соревнованиях	6
6	Контрольные испытания	4
Всего часов в неделю:		4
Всего часов:		144

**Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей
программе отделения шахматы на 2023-2024 учебный год
39 учебных недель**

№ п/п	Виды подготовки	Количество часов
1	Теоретическая подготовка	38
2	Практическая подготовка	196
3	Промежуточная аттестация	2
	Всего часов в неделю	6
	Всего:	234

**Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей
программе отделения плавание на 2023-2024 учебный год
39 учебных недель**

<i>Виды подготовки</i>	<i>Количество часов</i>
Общая физическая подготовка, час	80
<i>Освоение комплексов физических упражнений</i>	50
<i>Развитие гибкости, выносливости, силы, координации</i>	30
Специальная физическая подготовка, час	50
<i>Повышение уровня функциональных возможностей</i>	20
<i>Развитие подвижности в суставах</i>	12
<i>Специальные подготовительные упражнения</i>	18
Техническая подготовка, час	86
<i>Плавательная подготовка</i>	66
<i>Упражнения для совершенствования техники плавания</i>	20
Теоретическая подготовка, час	8
Участие в соревнованиях, час	8
Промежуточная аттестация, час	2
<i>Количество часов в неделю</i>	6
Всего часов	234

**Годовой учебный план обучения по дополнительной общеразвивающей
программе отделения бокс на 2023-2024 учебный год
39 учебных недель**

<i>№ п/п</i>	<i>Виды подготовки</i>	<i>Кол-во часов</i>
1.	Теоретическая подготовка	8
2.	Практические занятия:	
2.1	Общая физическая подготовка	40
2.2	Специальная физическая подготовка	16
2.3	Техническая подготовка	116
2.4	Технико-тактическая подготовка	44
2.5	Соревнования	8
2.6	Промежуточная аттестация	2
	Всего часов в неделю	6
	Итого:	234

Задачи и преимущественная направленность обучения при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки направлены на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав сборных спортивных команд.

Этапы спортивной подготовки образовательных программ:

- Этап начальной подготовки (НП) – 2-3 года.
- Учебно-тренировочный этап (УТ) – 5 лет.

Этап начальной подготовки - систематические занятия спортом максимально возможного числа детей и подростков, направленные на развитие их личности, привитие навыков здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, определение специализации.

Тренировочный этап (этап спортивной специализации) - улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие, и повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта.

Содержание этапов спортивной подготовки определяется программами спортивной подготовки, разработанными и реализуемыми организацией, осуществляющей спортивную подготовку, в соответствии с требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки (за исключением спортивно-оздоровительного этапа).

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.

На всех этапах подготовки перевод учащихся в группу следующего года обучения производится на основании выполнения контрольно-переводных нормативов и зачётных требований образовательной программы (комплексы контрольных упражнений, тестирование, перечень вопросов по теоретической части программы).

Годовой учебный план по виду спорта волейбол. Начальная подготовка.

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки
----------	---	---------------------------

		НП-2	НП-3
	Часов в неделю	6	6
	Максимальная продолжительность одного занятия	2	2
	Наполняемость групп (чел.)	14-28	14-28
1.	Общая физическая подготовка	85	85
2.	Специальная физическая подготовка	40	40
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-
4.	Техническая подготовка	75	75
5.	Тактическая подготовка	35	35
6.	Теоретическая подготовка	13	13
7.	Интегральная подготовка	50	50
8.	Психологическая подготовка	8	8
9.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	2
10.	Инструкторская практика	-	-
11.	Судейская практика	-	-
12.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2
13.	Восстановительные мероприятия	2	2
Общее количество часов в год		312	312

**Годовой учебный план по виду спорта бокс.
Учебно-тренировочный этап.**

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этап и год подготовки
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
		УТ-1
		Недельная нагрузка в часах
		10
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах
		3
		Наполняемость групп (человек)
		8 – 16
1.	Общая физическая подготовка	104
2.	Специальная физическая подготовка	78
3.	Участие в спортивных соревнованиях	20

4.	Техническая подготовка	182
5.	Тактическая подготовка	72
6.	Теоретическая подготовка	24
7.	Психологическая подготовка	5
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	6
9.	Инструкторская и судейская практика	15
10.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	6
11.	Восстановительные мероприятия	8
12.	Самостоятельная подготовка	52-104
Общее количество часов в год		520

**Годовой учебный план по виду спорта футбол.
Начальная подготовка.**

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	
		Этапы начальной подготовки
		НП-2, НП-3
		Недельная нагрузка в часах
		6
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах
		2
		Наполняемость групп (человек)
		14 - 28
1.	Общая физическая подготовка	53
2.	Специальная физическая подготовка	-
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-
4.	Техническая подготовка	135
5.	Тактическая подготовка	0,5
6.	Теоретическая подготовка	5
7.	Психологическая подготовка	0,5
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4
9.	Инструкторская практика	-
10.	Судейская практика	-
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	4
12.	Восстановительные мероприятия	4
13.	Интегральная подготовка	106
Общее количество часов в год		312

**Годовой учебный план по виду спорта гиревой спорт.
Начальная подготовка.**

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки
		НП-1
		Недельная нагрузка в часах
		6
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах
		2
		Наполняемость группы, чел.
		10-20
1.	Общая физическая подготовка	194
2.	Специальная физическая подготовка	37
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-
4.	Техническая подготовка	66
5.	Тактическая подготовка	2
6.	Теоретическая подготовка	2
7.	Психологическая подготовка	2
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4
9.	Инструкторская практика	-
10.	Судейская практика	-
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2
12.	Восстановительные мероприятия	3
Общее количество часов в год		312

Календарный учебный график

Календарный учебный график разработан в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20)

Начало учебного года 01 сентября. Срок обучения: 36 и 39 недель по общеразвивающим программам, 52 учебные недели по программам

спортивной подготовки. Занятия проводятся ежедневно, включая выходные и праздничные дни. Начало тренировочных занятий – согласно расписанию.

Расписание занятий утверждается директором МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака» по представлению педагогических работников с учётом пожеланий обучающихся (их законных представителей), возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно – гигиенических норм.

Занятия обучающихся в период школьных каникул проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, планом работы МБУДО «ДЮСШ им. А.Е.Щербака» на период каникул в форме тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых, досуговых мероприятий, участия в тренировочных сборах, отдыха в спортивно-оздоровительном лагере дневного пребывания детей, самостоятельной работы обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

