

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА НЕВЬЯНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОКРУГА**

УТВЕРЖДЕН

Приказ № 184/П от "01" 09 2025г.

Директор МБОУ ДО СШ

МБОУ ДО СШ.  Е.А.Жаков



Принят на педагогическом совете

МБОУ ДО СШ

Протокол № 01 от "01" 09 2025 г.

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

г. Невьянск
2025 год

Пояснительная записка

Учебный план является нормативно-регулирующим документом, регламентирующим деятельность Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования спортивной школы Невьянского муниципального округа (далее – МБОУ ДО СШ) на текущий год, составлен в соответствии с учетом следующих документов:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- Федеральный закон № 127-ФЗ от 23.04.2021 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. - 4.09.2014г. №1726-р).
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 №11).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 г. №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2023 г. №57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устав МБОУ ДО СШ.

Учебный план отражает систему занятий в образовательной организации, направленную на реализацию дополнительных образовательных программ физкультурно-спортивной направленности и дополнительных программ спортивной подготовки по видам спорта.

Учебные программы определены с учетом запросов обучающихся, потребностей общества и семьи.

В учебном плане основные задачи и направленность работы осуществляются в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки, с учетом возраста занимающихся и их возможностей.

Учебный план предусматривает обучение в соответствии с имеющейся у спортивной школы лицензией на право ведения образовательной деятельности, МБУ ДО СШ осуществляет деятельность по следующим направлениям:

1. Дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта: волейбол, лыжные гонки, легкая атлетика, оздоровительная аэробика;
2. Дополнительные программы спортивной подготовки по видам спорта: легкая атлетика, лыжные гонки, волейбол, спортивная борьба (греко-римская), художественная гимнастика.

Численный состав занимающихся, максимальный объем учебно-тренировочной работы и продолжительность одного учебно-тренировочного занятия на всех этапах спортивной подготовки, регулируются нормативными актами МБУ ДО СШ.

Целями образовательного процесса являются формирование мотивации личности к здоровому образу жизни, физическому самосовершенствованию, развитие физического, творческого, интеллектуального и нравственного потенциала обучающихся для достижения уровня спортивных результатов сообразно способностям.

Программы разработаны с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования, физической культуры и спорта.

Содержание дополнительных программ спортивной подготовки определяется образовательной программой, разработанной и утвержденной СШ в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта направлены на физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте. Содержание дополнительных общеразвивающих программ и сроки обучения по ним определяются образовательной программой, разработанной и утвержденной СШ.

Программы регламентируют образовательную деятельность обучающихся спортивно-оздоровительных групп, начальной подготовки и учебно-тренировочных групп, обеспечивают преемственность задач, средств, методов, организационных форм многолетней спортивной подготовки

спортсменов с' возраста, установленного для начала занятий определенным видом спорта.

Обучение и воспитание в СШ ведется на русском языке.

Обучение и воспитание в СШ проводится:

- по дополнительным общеразвивающим программам – спортивно-оздоровительный этап (срок обучения весь период);
- по программам спортивной подготовки – этап начальной подготовки (срок обучения 2-4 года), учебно-тренировочный этап (срок обучения 4-5 лет).

В учебном плане основные задачи и направленность работы осуществляются в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки, с учетом возраста занимающихся и их возможностей.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются учебно-тренировочные занятия, медико-восстановительные мероприятия, участие в различных соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика обучающихся.

Содержание учебных программ ориентировано на создание в процессе обучения необходимых условий для развития творческого, интеллектуального, личностного потенциала ребенка средствами спортивно-массовой и индивидуальной работы, в процессе которой возможно оптимизировать переход обучающегося к следующей ступени образования.

Численность состава занимающихся, максимальный объем учебно-тренировочной работы и продолжительность одного учебно-тренировочного занятия на всех уровнях обучения, порядок приема, условия зачисления в МБОУ ДО СШ и перевод на следующий уровень обучения регулируются нормативными документами.

МБОУ ДО СШ организует учебно-тренировочные занятия и спортивно-массовые мероприятия в режиме 6-дневной учебной недели.

Учебный план дополнительных общеразвивающих программ рассчитан на 31, 38 учебных недель, соответствует максимальному объему нагрузки обучающихся. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (45 минут) с учетом возрастных особенностей и не может превышать на спортивно-оздоровительном этапе – 2 часов. Прохождение учебного материала осуществляется с учетом возрастных особенностей и степени физической и технической подготовленности занимающихся.

Учебный план дополнительных программ спортивной подготовки рассчитан на 52 недели, продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в астрономических часах (60 минут).

Организация образовательного процесса по различным программам имеет свои задачи.

Дополнительные общеразвивающие программы. Спортивно-оздоровительные группы формируются из детей, не имеющих медицинские противопоказания. Подготовка имеет универсальный характер, обучающие должны освоить «школу» основных видов двигательных действий, жизненно важных умений и навыков. Кроме того, спортивно-оздоровительные группы могут формироваться из детей, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта.

Дополнительные программы спортивной подготовки. В группы зачисляются дети определенного возраста, желающие заниматься спортом, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий выбранным видом спорта на основе предварительного просмотра и отбора по результатам сдачи контрольных нормативов, предусмотренных программами.

Этап начальной подготовки. Основной принцип учебно-тренировочной работы – универсальность подготовки с элементами специализации.

Задачи: укрепление здоровья, развитие физических качеств, общей физической подготовки и изучение базовой техники, подготовки, и выполнение нормативных требований по видам спорта.

Учебно-тренировочный этап. Основной принцип учебно-тренировочной работы – подготовка учащихся с элементами специализации.

Задачи: укрепление здоровья, дальнейшее развитие физических качеств, функциональной подготовленности, приобретение соревновательного опыта, освоение основ профессионального самоопределения, судейская подготовка.

Дополнительные образовательные программы МБОУ ДО СШ Невьянского
муниципального округа

Название дисциплины	Название программы	Продолжительность обучения	Возрастные границы, зачисляемых
Волейбол	Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу	7 лет	6,5 – 18 лет
	Дополнительная программа спортивной подготовки по виду спорта «волейбол»	этап НП 3 года этап УТ 3-5 лет	8 лет 11 лет
Спортивная (греко-римская) борьба	Дополнительная программа спортивной подготовки по виду спорта «спортивная борьба» (греко-римская борьба)	этап НП 4 года этап УТ 3-4 года	7 лет 11 лет
Легкая атлетика	Дополнительная общеразвивающая программа по легкой атлетике	7 лет	6,5 – 18 лет

	Дополнительная программа спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»	этап НП 3 года этап УТ 2-5 лет	9 лет 12 лет
Лыжные гонки	Дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам	3 года	6,5 – 18 лет
	Дополнительная программа спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки»	этап НП 3 года этап УТ 2-5 лет	9 лет 12 лет
Художественная гимнастика	Дополнительная программа спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»	этап НП 2-3 года этап УТ 4-5 лет	6 лет 8 лет
Оздоровительная аэробика	Дополнительная общеразвивающая программа по оздоровительной аэробике	7 лет	6,5 – 18 лет

Система контроля и зачётные требования дополнительных образовательных программ спортивной подготовки включают:

- конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учётом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по видам спорта;
- требования к результатам реализации программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых даёт основание для перевода обучающихся, проходящих спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки;
- виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;
- комплекс контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки обучающихся, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

К методам контроля относятся:

- анкетирование обучающихся;
- анализ рабочей документации учебно-тренировочного процесса;
- педагогические наблюдения во время занятий;
- регистрация функциональных и других показателей;
- тестирование различных сторон спортивной подготовки.

Контроль за технической и физической подготовленностью осуществляется тренером-преподавателем. Контроль эффективности физической подготовки проверяется с помощью специальных контрольно-

переводных нормативов по тренировочным периодам, которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств.

Контроль в виде аттестации проводится для определения уровня освоения программного материала, физической и спортивной подготовленности спортсменов.

Промежуточная аттестация проводится ежегодно по всем разделам тренировочного плана в соответствии с этапом подготовки, итоговая — после освоения программы. Основными формами аттестации являются:

- сдача контрольных нормативов (для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки занимающихся);
- участие в соревнованиях;
- выполнение спортивных разрядов.

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической подготовке, технико-тактической подготовке проводится в феврале-марте только для отделения «лыжные гонки», для остальных отделений — апрель, май.

Спортсменам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на спортивно-оздоровительном этапе.

Результат развития обучающихся определяется:

- физической подготовленностью спортсменов в соответствии с дополнительной образовательной программой спортивной подготовки (выполнением нормативов по ОФП и СФП);
- технико-тактической подготовленностью (реализация в процессе обучения уверенного выполнения технических элементов по видам спорта, в соответствии с возрастом, полом и квалификационной группой);
- соревновательной практикой (выполнение разрядных нормативов в соответствии с возрастом и учебно-тренировочной группой, участие в соревнованиях в соответствии с требованиями).

На дополнительный общеразвивающих программах результат развития обучающихся определяется только уровнем физической подготовленности занимающихся в соответствии с требованиями данных программ.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МБОУ ДО СШ НЕВЬЯНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
на 2025-2026 учебный год

Отделение волейбола

Программа	Общеразвивающая программа				Дополнительная программа спортивной подготовки					
Этап обучения	Спортивно-оздоровительный этап				Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап		
Год обучения	1	2	3	4	1	2	3	1	2	3
Количество часов в неделю	6	6	6	6	6	8				12
Количество учебных недель	31	38	38	38	52	52				52
Количество часов в год	186	228	228	228	312	416				624
Количество групп	1	1	2	1	1	1				2
Количество часов по году обучения	186	228	456	228	312	416				1248
Количество часов по этапам	1098				728			1248		
Количество часов по программам	1098				1976					
Итого часов в год по отделению	3074									

Отделение лыжных гонок

Программа	Общеразвивающая программа			Дополнительная программа спортивной подготовки					
Этап обучения	Спортивно-оздоровительный этап			Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап		
Год обучения	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Количество часов в неделю	6			6			10		16
Количество учебных недель	31			52			52		52
Количество часов в год	186			312			520		832
Количество групп	1			1			1		1
Количество часов по году обучения	186			312			520		832
Количество часов по этапам	186			312			1352		
Количество часов по программам	186			1664					
Итого часов в год по отделению	1850								

Отделение легкой атлетики

Программа	Общеразвивающая программа			Дополнительная программа спортивной подготовки						
Этап обучения	Спортивно-оздоровительный этап			Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап			
Год обучения	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
Количество часов в неделю		6	6		6			10	12	12
Количество учебных недель		38	38		52			52	52	52
Количество часов в год		228	228		312			520	624	624
Количество групп		1	1		1			1	1	1
Количество часов по году обучения		228	228		312			520	624	624
Количество часов по этапам	456			312			1768			
Количество часов по программам	456			2080						
Итого часов в год по отделению	2536									

Отделение спортивной (греко-римской) борьбы

Программа	Общеразвивающая программа			Дополнительная программа спортивной подготовки						
Этап обучения	Спортивно-оздоровительный этап			Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап			
Год обучения	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
Количество часов в неделю				6		6			12	12
Количество учебных недель						52			52	52
Количество часов в год						312			624	624
Количество групп						1			1	1
Количество часов по году обучения						312			624	624
Количество часов по этапам				312			1248			
Количество часов по программам				1560						
Итого часов в год по отделению	1560									

Отделение художественной гимнастики

Программа	Общеразвивающая программа			Дополнительная программа спортивной подготовки					
Этап обучения	Спортивно-оздоровительный этап			Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап		
Год обучения	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Количество часов в неделю							12		
Количество учебных недель							52		
Количество часов в год							624		
Количество групп							1		
Количество часов по году обучения							624		
Количество часов по этапам							624		
Количество часов по программам				624					
Итого часов в год по отделению	624								

Отделение оздоровительной аэробики

Программа	Общеразвивающая программа			
Этап обучения	Спортивно-оздоровительный этап			
Год обучения	1	2	3	4
Количество часов в неделю				6
Количество учебных недель				38
Количество часов в год				228
Количество групп				1
Количество часов по году обучения				228
Итого часов в год по отделению	228			

Всего по МБОУ ДО СШ Невьянского муниципального округа

отделения	ОРП		СП		Всего		кол-во групп	кол-во учащихся
	кол-во часов в неделю	кол-во часов в год	кол-во часов в неделю	кол-во часов в год	кол-во часов в неделю	кол-во часов в год		
волейбол	30	1098	38	1976	68	3074	9	162 чел.
лыжные гонки	6	186	32	1664	38	1850	4	59 чел.
легкая атлетика	12	456	40	2080	52	2536	6	71 чел.
спортивная борьба			30	1560	30	1560	3	36 чел.
художественная гимнастика			12	624	12	624	1	9 чел.
оздоровительная аэробика	6	228			6	228	1	13 чел.
ИТОГО	54	1968	158	8216	212	10184	24	350 чел.

Критерии оценки выполнения учебно-тренировочного плана:

1. На спортивно-оздоровительном этапе:
 - динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;
2. На этапе начальной подготовки:
 - динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;
 - уровень освоения основ техники в избранном виде спорта;
 - стабильность состава обучающихся
3. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):
 - динамика роста уровня общей, специальной физической и технико-тактической подготовленности спортсменов;
 - стабильность выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта;
 - количество спортсменов, повысивших спортивный разряд;
 - состояние здоровья обучающихся.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 149573922187837288311503629658482451098261240753

Владелец Жаков Евгений Андреевич

Действителен с 21.10.2025 по 21.10.2026