

К приказу от «01 сентября 2025 г.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель СП ДОД ДЮСШ
с.Александровка

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ СОШ м.р. Ставропольский
с. Александровка м.р. Ставропольский

_____ /В.П. Казаева
«___» _____ 2025г

_____ /Воронкова Ю.В.
«___» _____ 2025г.

Утверждён
на Педагогическом совете СП ДОД ДЮСШ
«31» августа 2025г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТЕЙ В
СП ДОД ДЮСШ
м.р. Ставропольский
ГБОУ СОШ с. Александровка
Самарской области
на 2025–2027г.**

СП ДОД ДЮСШ м.р. Ставропольский
2025г.

Нормативно-правовой базой образовательного учебного плана являются:

- Настоящий учебный план разработан в соответствии 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 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта
- Конвенция о правах ребенка;
- Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 14-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»).
- Организованное начало обучения по программа дополнительного обучения – ежегодно с 1 сентября.
В каникулярный период дополнительные образовательные услуги проводятся в соответствии с расписанием и видами спорта. Кроме основных занятий по расписанию, также проводятся физкультурно-спортивного и спортивно-массовые мероприятия, соревнования по видам спорта, прием и сдача нормативов ВФСК ГТО, организуются конкурсы, воспитательно-образовательные мероприятия в он-лай формате. Все мероприятия и соревнования проводятся по утвержденному плану мероприятий СП ДОД ДЮСШ м.р. Ставропольский Самарской области – (далее ДЮСШ), Комитете по делам молодежи, физической культуры и спорта Ставропольского района, областных федераций и всероссийских календарей по видам спорта. В присутствии медицинского персонала, охранных организаций и непосредственных организаторов мероприятий.

- Устав школы и локальные акты;
- Лицензия образовательного учреждения.

При разработке образовательной программы учтены:

- возможности образовательной среды ДЮСШ;
- уровень готовности преподавателей к реализации общеобразовательных и предпрофессиональных образовательных программ: в ДЮСШ работает квалифицированный коллектив;
- материально-техническое обеспечение учебного процесса: в школе созданы комфортные условия для участников образовательного процесса: наличие современной материально-технической базы;
- традиции, сложившиеся за годы работы ДЮСШ: традиционные спортивно-массовые мероприятия, участие в районных и областных педагогических конкурсах и т.д.

Образовательная программа определяет

- цели и содержание образовательного процесса, особенности их раскрытия через содержание учебных материала и педагогических технологий;
- учебно- методическую базу реализации учебных программ.

2. Учебный план и особенности построения учебно-воспитательного процесса

Учебный план направлен на достижение уставных целей СП ДОД ДЮСШ м.р. Ставропольский ГБОУ СОШ с. Александровка – 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, календарный план официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, проводимых на территории Самарской области и календарный план официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, проводимых на территории РФ, Самарской области, г.о. Тольятти и Ставропольского района.

Программы разработаны в соответствии и с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования, 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, программы спортивной направленности в дополнительном образовании разработаны в четком соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

Дополнительные общеобразовательные программы направлены на спортивно-оздоровительную деятельность обучающихся от 5 и до 18 лет при условии наличия медицинского документа о допуске ученика к занятиям физической культурой и спортом. Дополнительные общеобразовательные программы рассчитаны на весь учебный год, включая каникулярный период, соответственно 46 и 52 календарные недели.

Программа обучения включает в себя этап многолетнего прохождение обучения по программам ДЮСШ и получение дополнительного образования в сфере физического воспитания и культуры и спорта, под руководством тренерско-педагогического состава и индивидуально разработанных программ спортивной направленности ДЮСШ.

**Дополнительные общеобразовательные программы -
по командно- игровым видам спорта: футбол, волейбол,
баскетбол (мальчики, девочки): - по единоборствам:**

вольная борьба, дзюдо, сумо (мальчики, девочки):

кикбоксинг (мальчики, девочки): -

по циклическим видам спорта:

лыжные гонки и легкая атлетика (мальчики, девочки)

Детско-юношеская спортивная школа м.р.Ставропольский с. Александровка организует учебно-тренировочные занятия и спортивно-массовые мероприятия в режиме 7-дневной учебной недели, оптимально соответствующей эффективности осуществления воспитательно-образовательного процесса.

Учебный план рассчитан на 46 и 52 учебные недели, соответствует максимальному объему нагрузки обучающихся. Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые тренировочные занятия, индивидуальные тренировочные занятия, тренировочные сборы, 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 и индивидуальных 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.

Продолжительность одного учебного занятия не может превышать:

– 2 академических часа;

Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп, если соблюдаются следующие условия:

- разница в возрасте, в группах не должен быть БОЛЕЕ 3 ЛЕТ
- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный состав объединенной группы.

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:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе;
- выявление задатков и способностей 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;
- накопление необходимого соревновательного опыта в СУДЕЙСКОЙ ПРАКТИКЕ.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ПО ОТДЕЛЕНИЯМ.

3.1. Отделение ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ

3.2. Отделение ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

3.3. Отделение БАСКЕТБОЛ

3.4. Отделение ВОЛЕЙБОЛ

3.5. Отделение ФУТБОЛ

3.6. Отделение ВОЛЬНАЯ БОРЬБА

3.7. Отделение КИКБОКСИНГ

3.8. Отделение ДЗЮДО

**Учебно-тренировочный план
на 2025-2026 -2027год — дети 5-7 лет.**

Этап подготовки СОГ	Возраст обучающихся (лет)	Максим.чи сло об-ся в группе (чел.)	Учебные часы в неделю (час)	Годовая нагрузка (часов)

	46 недель		52 недели		
	Модуль 17 недель	Модуль 9 недель	Модуль 17 недель	Модуль 29 недель	Модуль 6 недель
	5-7	25	3,5	184	208
Ознакомите льный					

--	--	--	--	--	--	--

Учебный план Программы на 3,5 часа в неделю,
Ознакомительный этап обучения по модулям,
для спортивно-оздоровительных групп в ДЮСШ на 46 недель

Ознакомительный этап подготовки в группе СОГ	Начально-ознакомительный модуль
	17 недель

№ п/п	Разделы подготовки	Часы	
1	Теория	4	6
2	Общая физическая подготовка	24	44
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	18	32
4	Техническая, тактическая подготовка	18	18
5	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	4	12
6	Медицинское обследование	2	2
7	Количество часов в модуле	70	114
	Общее количество часов на 46 недель	184	

Учебный план Программы на 3,5 часа в неделю,
Ознакомительный этап обучения по модулям,
для спортивно-оздоровительных групп в ДЮСШ на 52 недели.

Ознакомительный этап подготовки в группе СОГ	Начально-ознакомительный модуль	Основной-вспомогательный модуль
	17 недель	29 недель
№ п/п	Разделы подготовки	Часы

1	Теория	4	6	3
2	Общая физическая подготовка	24	44	10
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	18	32	4
4	Техническая, тактическая подготовка	18	18	4
5	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	4	12	2
6	Медицинское обследование	2	2	1
7	Количество часов в модуле	70	114	24
	Общее количество часов на 52 недели	208		

Учебный план на 46 недель учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ

№ п/п	Разделы подготовки	Часы
Ознакомительный этап обучения		
1	Теория	10
2	Общая физическая подготовка	68
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	50
4	Техническая, тактическая подготовка	36
5	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	16
6	Медицинское обследование	4
7	Общее количество часов	184

Учебный план на 52 недели учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ

№ п/п	Разделы подготовки	Часы
Ознакомительный этап обучения		
1	Теория	13
2	Общая физическая подготовка	78
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	54
4	Техническая, тактическая подготовка	42
5	Участие в спортивно-массовых мероприятиях	18
6	Медицинское обследование	5
7	Общее количество часов	182

**Учебно-тренировочный план
на 2025-2026 -2027год - 8-10 лет.**

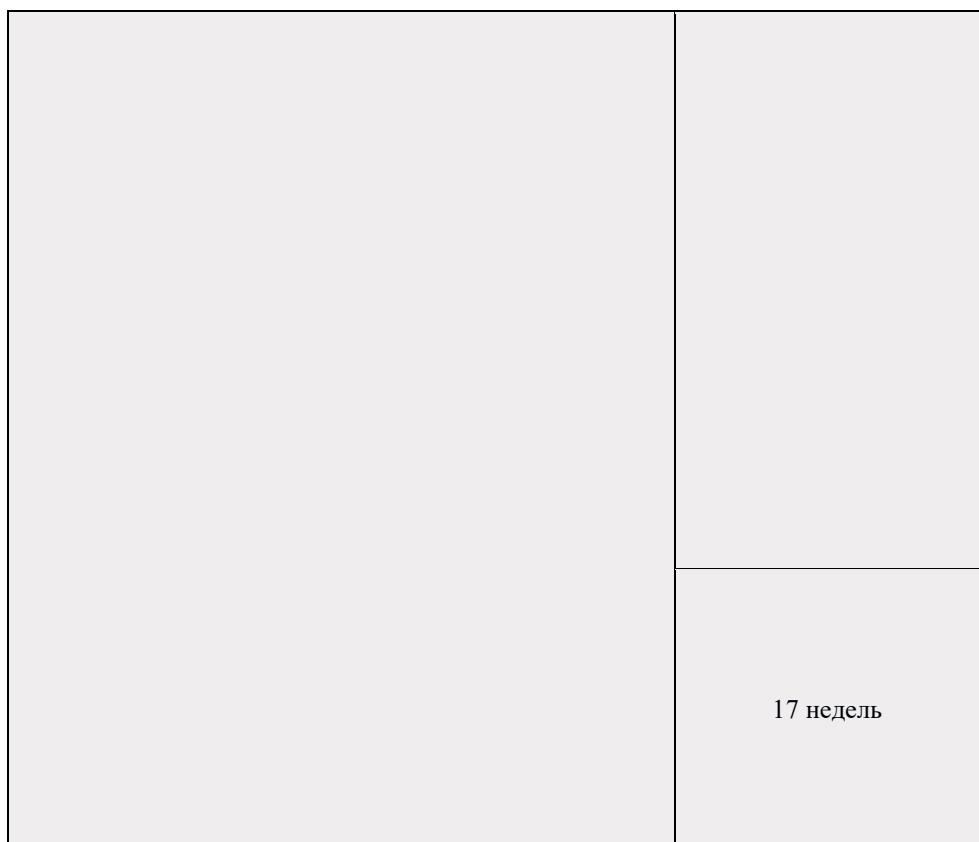
Этап подготовки СОГ	Возраст обучающихся (лет)	Максим. число об-ся в группе (чел.)	Учебные часы в неделю (час)	Годовая нагрузка (часов)

				46 недель	52 недели			
				Модуль 17 недель	Модуль 9 недель	Модуль 17 недель	Модуль 29 недель	Модуль 6 недель
Втягивающий	8-10	20	3,5		184		208	

--	--	--	--	--	--	--

Учебный план Программы 3,5 часа в неделю,
втягивающий этап обучения по модулям,
для спортивно-оздоровительных групп в ДЮСШ на 46 недель обучения

Втягивающий этап подготовки СОГ	Начально-ознакомительный модуль
---------------------------------	---------------------------------



№ п/п	Разделы подготовки	Часы	
1	Теория	2	4
2	Общая физическая подготовка	24	44
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	18	36
4	Тактическая подготовка	18	20
5	Участие в соревнованиях и контрольные испытания	4	12
6	Медицинское обследование	1	1
7	Количество часов в модуле	67	117
	Общее количество часов на 46 недель	184	

Учебно - тренировочный план на 2025-2026-2027 год - дети 11-14 лет.

Учебный план Программы 3,5 часа в неделю,
для спортивно-оздоровительных групп в ДЮСШ на 46 недель обучения



№ п/п	Разделы подготовки	Часы	
1	Теория	2	3
2	Общая физическая подготовка	26	44
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	18	34
4	Тактическая подготовка	18	20
5	Участие в соревнованиях и контрольные испытания	4	12
6	Медицинское обследование	2	1
7	Количество часов в модуле	70	114
	Общее количество часов на 46 недель	184	

Учебный план Программы 3,5 часа в неделю,
для спортивно-оздоровительных групп в ДЮСШ на 52 недели обучения

Продвинутый этап подготовки СОГ	Начально-втягивающий модуль	Модуль совершенствования
	17 недель	29 недель

№ п/п	Разделы подготовки	Часы		
1	Теория	2	3	1
2	Общая физическая подготовка	26	44	10
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	18	34	4

4	Тактическая подготовка	18	20	5
5	Участие в соревнованиях и контрольные испытания	4	12	3
6	Медицинское обследование	2	1	1
7	Количество часов в модуле	70	114	24
	Общее количество часов на 52 недели	208		

**Учебно-тренировочный план
на 2025-2026 -2027год — дети 15-18 лет.**

Учебный план Программы 3,5 часа в неделю,
этап Совершенствования обучения по модулям,
для спортивно-оздоровительных групп в ДЮСШ на 46 недель обучения.

этап Совершенствования обучения в СОГ	Начальный-ознакомительный модуль
---------------------------------------	----------------------------------

17 недель	

№ п/п	Разделы подготовки	Часы	
1	Теория	2	2
2	Общая физическая подготовка	24	44
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	18	36
4	Тактическая подготовка	18	20
5	Участие в соревнованиях и контрольные испытания	3	12
6	Медицинское обследование	1	2

7	Количество часов в модуле	68	116
	Общее количество часов на 46 недель	184	

Учебный план Программы 3,5 часа в неделю,
этап Совершенствования обучения по модулям,
для спортивно-оздоровительных групп в ДЮСШ на 52 недели обучения.

этап Совершенствования обучения в СОГ	Начальный- ознакомительный модуль	Основной- втягивающий модуль

	17 недель	29 недель
--	-----------	-----------

№ п/п	Разделы подготовки	Часы		
1	Теория	2	2	1
2	Общая физическая подготовка	24	44	10
3	Специальная физическая подготовка и техническая подготовка	2	2	4
4	Тактическая подготовка	24	44	4
5	Участие в соревнованиях и контрольные испытания	18	36	4
6	Медицинское обследование	18	20	1
7	Количество часов в модуле	3	12	24
	Общее количество часов на 52 недели	208		