

СОГЛАСОВАНО

И.о. начальника отдела образования,  
опеки и попечительства  
администрации Иловлинского  
муниципального района

 С.О. Липина

26 августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБОУ ДО ДЮСШ

 О.В.Вязова

26 августа 2022 г.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Муниципального бюджетного образовательного учреждения  
дополнительного образования  
Детско-юношеской спортивной школы  
Иловлинского муниципального района Волгоградской области  
на 2022 - 2023 учебный год**

## **Содержание.**

1. Пояснительная записка.
2. Задачи на этапах многолетней подготовки.
3. Учебный план на 2022 - 2023 учебный год.
4. Распределение учебной нагрузки тренеров-преподавателей.

## 1. Пояснительная записка.

Учебный план Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Детско-юношеской спортивной школы составлен в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федеральным законом «О физической культуре в Российской Федерации»,
- Уставом МБОУ ДО ДЮСШ,
- на основе следующих нормативно - правовых документов, определяющих функционирование спортивной школы:
- приказа Министерства спорта Российской Федерации (Минспорта России) от 12.09.2013 г. N 730 «Об утверждении Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и срокам обучения по этим программам»,
- приказа Министерства спорта Российской Федерации (Минспорта России) от 27.12.2013 г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной; тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»
- приказ Министерства спорта Российской Федерации (Минспорта России) от 12 сентября 2013 г. N 731 "Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта",
- постановления Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Учебный план отражает специфику образовательной деятельности МБОУ ДО ДЮСШ, его спортивно-оздоровительную направленность.

Учебный план учитывает основные положения Устава образовательной организации, определяет содержание учебно-тренировочного процесса, его уровни и направленность с учетом специфики вида спорта, материально-технического и финансового обеспечения.

Учебный план является исходным документом для финансирования МБОУ ДО ДЮСШ.

Основы учебного плана учитывают формирование общей культуры личности обучающихся на основе усвоения обязательного минимума содержания образовательных программ, их адаптации к жизни в обществе.

Отличительная особенность учебного плана состоит в том, что в нем представлена система тренировочных заданий по физической, специальной, теоретической, технической, тактической и интегральной подготовки, позволяющих эффективно решать задачи в учебных группах на соответствующих этапах подготовки.

Учебный план рассматривается и утверждается Педагогическим советом МБОУ ДО ДЮСШ.

В структуре учебного плана выделены:

- инвариантная часть, предусматривающая освоение учащимися основной техники волейбола, баскетбола, бокса, дзюдо, пауэрлифтинга, киокусинкай, шахмат, футбола; навыков гигиены и самоконтроля, динамику прироста индивидуальных показателей физической подготовленности занимающихся;
- вариативная часть, обеспечивающая индивидуально-личностный характер развития занимающихся, освоение объёмов тренировочных нагрузок.

В основе учебного плана МБОУ ДО ДЮСШ:

- подготовка физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- развитие мотивации личности к всестороннему удовлетворению физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей;
- всесторонняя физическая подготовленность и укрепление здоровья учащихся;
- подготовка спортсменов для участия в соревнованиях;
- повышение тренировочных и соревновательных нагрузок;
- овладение навыками игр в процессе многолетней подготовки;
- подготовка инструкторов-общественников и судей (волейбола, баскетбола, бокса, дзюдо, пауэрлифтинга, киокусинкай, шахмат, футбола);
- подготовка и выполнение нормативных требований по программам.

Учебный план разработан на основании программы деятельности МБОУ ДО ДЮСШ и образовательных общеразвивающих и предпрофессиональных программ.

Образовательная деятельность в МБОУ ДО ДЮСШ ведётся по следующим этапам спортивной подготовки:

- спортивно-оздоровительный;
- начальной подготовки;
- тренировочный (спортивной специализации).

Учебный план отражает этапы учебно-тренировочного процесса, количество групп на каждом этапе, количество часов на этапах подготовки. За единицу измерения учебной нагрузки принимается академический час (45 мин.)

Учебный план рассчитан на 36 недель учебно-тренировочных занятий для спортивно-оздоровительных групп и 42(38) недели учебных занятий для групп начальной подготовки всех годов обучения и тренировочных (спортивной специализации) групп; продолжительность учебно-тренировочного занятия на спортивно-оздоровительном этапе и этапе начальной подготовки первого года обучения - 2 часа, на этапе начальной подготовки второго и третьего годов обучения - 3 часа, на тренировочном (спортивной специализации) этапе - 3-4 часа.

У тренеров-преподавателей, работающих по совмещению, реализующих предпрофессиональные программы, учебный план рассчитывается на 38 недель, т.е. с 1 сентября по 31 мая.

Учебный план содержит организационные формы обучения:

- групповые учебно-тренировочные, теоретические занятия, тестирование, медико-восстановительные мероприятия;
- участие в соревнованиях, турнирах, матчевых встречах;
- учебно-тренировочные сборы в спортивно-оздоровительных лагерях;
- инструкторская и судейская практика.

В учебном плане отражены основные задачи и направленность работы по этапам многолетней подготовки юных спортсменов. С увеличением общего годового объёма часов изменяется по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Из года в год повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и интегральную подготовку. Постепенно уменьшается, а затем и стабилизируется объём нагрузок, направленных на ОФП.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки и представлено в таблице №1.

*Организационная структура многолетней спортивной подготовки.*

Таблица 1.

Этапы подготовки.	Период подготовки.	Максимальный объём учебно-тренировочных нагрузок (часов в неделю).	Минимальная наполняемость групп (человек).	Количество учебных часов в году.
Спортивно-оздоровительный.	весь период.	4	15	144
		6	15	216
Начальной подготовки.	1 год	6	14	252
	2 год	9	12	378
	3 год	9	12	378
Тренировочный (спортивной специализации).	до 2-х лет.	12	10	504
	свыше 2-х лет.	15	6	630

СОГЛАСОВАНО

И.о.начальника отдела образования,  
опеки и попечительства  
администрации Иловлинского  
муниципального района



С.О. Липина

26 августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора МБОУ ДО ДЮСШ  
О.В.Вязова



26 августа 2022 г.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного образовательного учреждения  
дополнительного образования  
Детско-юношеской спортивной школы  
Иловлинского муниципального района Волгоградской области.

№ п/п	Этапы подготовки	Недельная нагрузка	Количество групп		Всего часов
1.	СО (спортивно-оздоровительный)	4 часа	12	33	174
		6 часов	21		
2.	НП-1 (начальной подготовки)	6 часов	2		12
3.	НП-2-3 (начальной подготовки)	9 часов	3		27
4.	Т(СС)-2 (тренировочный (спортивной специализации))	12 часов	1		12
5.	ВАКАНСИЯ		-		-
ВСЕГО			39		225

