

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
Ипатовского района**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 1

"27" августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДЮСШ

Ипатовского района

 А.Е.Колесников

"27" августа 2020 г.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МКУ ДО ДЮСШ
Ипатовского района**

на 2020-2021 учебный год

Учебный план
МКУ ДО ДЮСШ Ипатовского района
на 2020 – 2021 учебный год

Учебный план является нормативно-регулирующим документом, регламентирующим деятельность учреждения, разработан на основе Закона Российской Федерации «Об образовании», санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.4.1251-03, 03.04.2003г.) для учреждений дополнительного образования (внешкольных учреждений), Устава МКУ ДО ДЮСШ.

Является исходным финансово-нормативным документом и определяет требования к организации образовательного процесса в учреждении. Способствует повышению эффективности образовательной деятельности по шести направлениям; совершенствованию системы организации образовательного процесса. Отражает данные о направлениях образовательной деятельности, наименовании учебных программ тренеров-преподавателей.

Пояснительная записка:

Учебный план состоит из двух частей: пояснительной записки и сетки часов, отведенных на каждое направление. Структура пояснительной записки включает общую характеристику учебного плана; целевую направленность. Сетка часов распределяет время, отведенное для учебных занятий по направлениям деятельности.

В основе образовательной деятельности учреждения находится создание благоприятных условий для физического, духовного, социального развития детей, раскрытия их личностного потенциала, формирование культуры отдыха, здорового образа жизни, развития волевых и гражданских качеств через физкультурно-спортивную деятельность, выявление и поддержка спортивно-одаренных детей.

Информационно-аналитические данные об образовательном учреждении:

Организационно-правовая форма: муниципальное учреждение.

Статус: образовательное учреждение дополнительного образования детей;

Тип: физкультурно-спортивная направленность.

Вид: детско-юношеская спортивная школа.

МКУ ДО ДЮСШ выполняет следующие функции:

-осуществление работы по привлечению обучающихся к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

-проведение учебно-тренировочной и воспитательной работы среди детей и подростков, направленной на спортивное совершенствование, укрепление их здоровья и всестороннее физическое развитие;

- представление детям и подросткам равных условий для обучения в МКУ ДО ДЮСШ, а имеющим перспективу необходимых условий для их спортивного совершенствования;

- способствование формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных, нравственных способностей, достижению уровня спортивных достижений сообразно способностям;

- оказание всесторонней помощи образовательным учреждениям в организации работы по физкультуре и спорту;

- повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта;

- организация оздоровительных лагерей, сборов с дневным пребыванием детей на базе учреждения;

- осуществление иной деятельности, не запрещенной законодательством РФ.

Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года. Прием заявлений и зачисление в МКУ ДО ДЮСШ производится в течение всего календарного года при условии наличия свободных мест. Организация обучения строится в соответствии с учебным планом и учебными программами.

В детско-юношеской спортивной школе работает 16 педагогов дополнительного образования. Функционируют отделения: баскетбола, волейбола, футбола, настольный теннис, борьбы (дзюдо), борьбы (самбо), легкая атлетика, гимнастика, шахмат.

На 2020-2021 учебный год обучается 656 обучающихся (на 01.01.2021 г.- 688 обучающихся). На 01.09. 2021 год планируется увеличение обучающихся на 8%, к 2022 – 10%.

Основной формой работы с обучающимися являются занятия в спортивных секциях. Содержание деятельности определяется педагогом с учетом учебных планов и образовательных программ.

В Учреждении ведется методическая работа, направленная на совершенствование образовательного процесса, программ, форм и методов деятельности, мастерства педагогических работников. С этой целью в Учреждении постоянно работает тренерский совет. Порядок его работы определяется Положением о тренерском совете.

Учебный план разрабатывается из расчета 52 недель - 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы, и 6-ти недель для тренировок в спортивно-оздоровительном лагере. С увеличением общего годового объема часов изменяются по годам обучения соотношения времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и психологическую подготовку.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляются в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки.

3

НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: физкультурно-спортивное.

В МКУ ДО ДЮСШ Ипатовского района в 2020-2021 учебном году работает 45 групп, из них:

СОГ (спортивно-оздоровительные) –

14 групп : шахматы – 1 гр., лёгкая атлетика – 1 гр., настольный теннис – 2 гр., баскетбол – 3 гр., волейбол – 2 гр., гимнастика – 1 гр., футбол – 4 гр.

НП (начальной подготовки) -

1 год – 13 групп : лёгкая атлетика – 1 гр., настольный теннис – 1 гр., баскетбол – 2 гр., волейбол – 2 гр., гимнастика – 1 гр., дзюдо – 1 гр., самбо – 1 гр., футбол - 6 гр.

2 год – 4 группы : футбол – 2 гр., лёгкая атлетика – 1 гр., волейбол – 1 гр.

3 год – 3 группы : футбол – 1 гр., баскетбол – 1 гр., волейбол – 1 гр.

УТГ (учебно-тренировочные) –

1 год – 4 группы : футбол – 1 гр., дзюдо – 1 гр., самбо - 1 гр.

2 год – 4 группы : дзюдо – 1 гр., футбол – 2 гр., лёгкая атлетика – 1 гр.

3 год – 1 группа : дзюдо – 1 гр.

В спортивно-оздоровительные группы зачисляются дети с 6 до 18 лет, учащаяся молодежь до 18 лет. На данном этапе для обучающихся приоритетными являются воспитательная и спортивно-оздоровительная работа.

В группах начальной подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки.

В учебно-тренировочные группы формируется из обучающихся, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, прошедших необходимую подготовку не менее 1 года и выполнивших приемные нормативы по общефизической и специальной подготовке. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общефизической и специальной подготовке.

Группы комплектуются из числа обучающихся и воспитанников общеобразовательных школ, детских домов. (Дети до 18 лет).

Таблица №1

В МКУ ДО ДЮСШ устанавливается наполняемость групп детьми по видам спорта

Этапы подготовки	Наполняемость групп	Максимальный объем учебно-тренировочной работы (час/неделю)
Спортивно оздоровительный	– 14-18 человек	6 часов
Начальной подготовки 1 года	14-18 человек	6 часов
Начальной подготовки 2,3 года	14-16 человек	9 часов
Учебно-тренировочный 1,2 года	11-14 человек	12 часов
Учебно-тренировочный 3,4 года	9-12 человек	18 часов

Деятельность в Учреждении ведется по образовательным программам по 8-ми основным направлениях: волейбол, баскетбол, лёгкая атлетика, настольный теннис, гимнастика, дзюдо, самбо, футбол.

4

Таблица № 2

Образовательные программы, реализуемые в учреждении по возрасту обучающихся, сроку и виду программ

Образовательная программа	Возраст обучающихся	Срок реализации программ	Вид образовательной программы
Волейбол Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта волейбол 15.07.2015 г.	7-18 лет	7 лет	Типовая адаптированная
Баскетбол Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол 15.07.2015 г.	7-18 лет	7 лет	Типовая адаптированная

Спортивная гимнастика Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол 03.10.2015 г.	7-18 лет	7 лет	Типовая адаптированная
Дзюдо Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол 17.12.2012 г.	6-16 лет	7 лет	Типовая адаптированная
Самбо Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол 12.10.2015 г.	7-18 лет	7 лет	Типовая адаптированная
Футбол Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол 28.05.2013 г.	7-18 лет	7 лет	Типовая адаптированная
Лёгкая атлетика Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол 16.02.2015 г.	7-18 лет	7 лет	Типовая адаптированная
Настольный теннис Предпрофессиональная программа Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол 23.07.2013 г.	7-18 лет	7 лет	Типовая адаптированная

Основные виды содержания спортивной подготовки

- 1. Физическая подготовка включает:**

Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;

Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.
- 2. Техническая подготовка** включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.
- 3. Теоретическая подготовка** проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст занимающихся и излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.
- 4. Психологическая подготовка** предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.
- 5. Инструкторско-судейская практика.** Одной из задач ДЮСШ является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на УТ этапе и продолжается на последующих этапах подготовки. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.
- 6. Контрольно-нормативные мероприятия** проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.
- 7. Соревнования.** Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
- 8. Восстановительные мероприятия** используются для восстановления работоспособности учащихся ДЮСШ. Используется широкий круг средств и мероприятий педагогических, гигиенических и психологических с учетом

возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсмена.

9. **Медицинское обследование.** В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

ПРИНЯТО
Педагогическим советом

Протокол № 1
«27» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКУ ДО ДЮСШ
Ипатовского района
А.Е. Колесников
«27» августа 2020 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)
отделения «Футбол» муниципального казенного учреждения дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа

Годы подготовки Содержание занятий	Учебные группы								
	СОГ	начальная подготовка			учебно – тренировочные группы				
		1	2	3	1	2	3	4	5
I. Теоретические сведения	10	10	10	10	14	14	17	24	24
II. Практические занятия									
Общая физическая подготовка									
Специальная физическая подготовка	135	135	120	120	120	120	142	132	132
	70	70	140	140	220	220	220	250	250
3. Изучение и совершенствование техники и тактики игры	51	51	107	107	148	148	214	350	350
4. Контрольные нормативы	4	4	6	6	10	10	12	12	12
5. Инструкторская и судейская практика	6	6	10	10	10	10	11	10	10
6. Соревнования	-	-	16	16	30	30	30	32	32
Общее количество часов	276	276	406	406	552	552	644	810	810

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

**Протокол № 1
«27» августа 2020 г.**



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)
отделения «Гимнастика» муниципального казенного учреждения дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа

№	Разделы подготовки	Этапы подготовки		
		Этап СО с 6 лет	Этап НП 9-11 лет	Этап УТ 12-16лет
1	Теоретическая подготовка	4	5	12
2	Общая физическая подготовка	60	80	125
3	Специальная физическая подготовка	50	80	160
4	Специальная техническая подготовка	190	193	547
5	Приемные и переводные нормативы	4	5	6
6	Инструкторская и судейская практика	-	-	22
7	Восстановительные мероприятия	-	-	44
8	Часов в неделю	6	9	18
9	Участие в соревнованиях	4	5	20
Общее количество часов		312	468	936

ПРИНЯТО
Педагогическим советом

Протокол № 1
«27» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКУ ДО ДЮСШ
Ипатовского района
А.Е. Колесников
«27» августа 2020 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)
отделения «Лёгкая атлетика» муниципального казенного учреждения дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа

№ п/п	Виды подготовки	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки			Этап учебно-тренировочный				
			Год обучения							
			1	2	3	1	2	3	4	5
1.	Теоретическая подготовка	13	13	17	17	22	25	25	30	30
2.	Практическая подготовка	-								
3.	Общая физическая подготовка	156	156	205	190	302	346	345	306	306
4.	Специальная физическая подготовка	53	53	77	92	115	140	192	349	349
5.	Техническая подготовка	37	37	47	47	62	70	70	70	70
6.	Участие в соревнованиях (интегральная подготовка)	13	13	18	18	28	35	52	90	90
7.	Углублённое медицинское обследование	4	4	4	4	6	8	8	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	17	20	30	45	45
9.	Инструкторская практика	-	-	-	-	-	-	14	20	20
10.	Всего часов:	276	276	368	368	552	644	736	920	920
Общее количество часов		276	276	368	368	552	644	736	920	920

ПРИНЯТО
Педагогическим советом

Протокол № 1
«27» августа 2020 г



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)
отделения «Борьба» муниципального казенного учреждения дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа

№ п/п	Виды подготовки	Спортивно- оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Этап учебно-тренировочный				
			Год обучения						
			1,2	3	1	2	3	4	5
1.	Технико-тактическая подготовка	120	120	120	270	270	320	320	320
	Стойка	96	96	96	209	209	248	248	248
	Партер	24	24	24	61	61	72	72	72
2.	Физическая подготовка	167	167	167	241	241	283	283	283
	Общая	120	120	120	119	119	140	140	140
	Специальная	47	47	47	122	122	143	143	143
3.	Психологическая подготовка	12	12	12	18	18	18	18	18
4.	Теоретическая подготовка	10	10	10	20	20	20	20	20
5.	Зачетные требования	3	3	3	3	3	3	3	3
6.	Участие в соревнованиях	Согласно календарю спортивных мероприятий							
Общее количество часов		312	312	312	552	552	644	644	644

ПРИНЯТО
Педагогическим советом

Протокол № 1
« 27 » августа 2020 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)
отделения «Баскетбол» муниципального казенного учреждения дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа

№ п/п	Виды подготовки	Спортивно- оздоровитель- ный этап	Этап начальной подготовки			Этап учебно-тренировочный				
			Год обучения							
			1	2	3	1	2	3	4	5
1.	Теоретическая подготовка	8	8	12	12	20	20	30	30	30
2.	Общая физическая подготовка	99	99	128	128	110	110	78	78	78
3.	Специальная физическая подготовка	60	60	70	70	80	80	140	140	140
4.	Техническая подготовка	85	85	105	105	118	118	186	186	186
5.	Тактическая подготовка	20	20	42	42	70	70	154	154	154
6.	Игровая подготовка	30	30	65	65	70	70	126	126	126
7.	Контрольные и календарные игры	-	-	30	30	36	36	84	84	84
8.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	49	49	56	56	56
9.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	49	49	56	56	56
10.	Контрольные испытания	10	10	12	12	16	16	20	20	20
11.	Медицинское обследование	-	-	4	4	6	6	6	6	6
Общее количество часов		312	312	468	468	624	624	936	936	936

ПРИНЯТО
Педагогическим советом

Протокол № 1.
«27» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКУ ДО ДЮСШ
Ипатовского района
А.Е.Колесников
«27» августа 2020 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)
отделения «Волейбол» муниципального казенного учреждения дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап		
		Весь период		1-й	2-й, 3-й	1-й, 2-й	3-й	4-й, 5-й
1.	Теоретическая подготовка	4	10	8	12	14	18	18
2.	Общая физическая подготовка	160	92	78	108	69	82	80
3.	Специальная физическая подготовка	10	20	42	54	67	100	90
4.	Техническая подготовка	70	90	62	90	100	118	120
5.	Тактическая подготовка	6	12	34	40	52	85	90
6.	Интегральная подготовка	-	-	20	26	52	85	90
7.	Инструкторская и судейская практика	6	12	-	-	7	14	14
8.	Соревнования	12	24	18	26	70	90	90
9.	Контрольные испытания (приемные и переводные)	8	16	14	12	16	18	18
10.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	30	80	80
Общее количество часов без спортивно-оздоровительного лагеря (в год)		276	276	276	368	483	690	690

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МКУ ДО ДЮСШ Ипатовского района на 2019-2020 учебный год. На 31.12.2020 г.

Отделение	Количество часов в неделю / Количество учащихся								Всего		Общее	Количество уч-ся			Всего уч-ся
	Группы								Групп	Часов	Кол-во уч-ся	1-4 кл.	5-9 кл.	10-11 кл.	
	СОГ	НП-1	НП-2	НП-3	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4							
Борьба дзюдо		6 час/ 18 уч-ся			12 час/ 17 уч-ся	12 час/ 15 уч-ся	18 час/ 10 уч-ся		4	48	60	28	25	7	60
Борьба самбо		6 час/ 18 уч-ся			12 час/ 17 уч-ся				2	18	35	3	32	-	35
Лёгкая атлетика	6 час/ 16 уч-ся	6 час/ 16 уч-ся							2	12	32	-	32	-	32
Футбол	24 час/ 64 уч-ся	18 час/ 52 уч-ся	18 час/ 32 уч-ся	9 час/ 17 уч-ся	24 час/ 31 уч-ся	24 час/ 28 уч-ся			14	117	224	122	98	4	224
Баскетбол	18 час/ 48 уч-ся	18 час/ 48 уч-ся		9 час/ 16 уч-ся					7	45	112	22	76	14	112
Волейбол	12 час/ 32 уч-ся	12 час/ 32 уч-ся	9 час/ 16 уч-ся	9 час/ 15 уч-ся					6	42	95	1	79	15	95
Н/теннис	12 час/ 32 уч-ся	6 час/ 16 уч-ся							3	18	48	1	44	3	48
Гимнастика	6 час/ 16 уч-ся	6 час/ 16 уч-ся							2	12	32	32	-	-	32
Шахматы	6 час/ 18 уч-ся								1	6	18	11	7	-	18
Объём уч.нагрузки	84 час/ 226 уч.	78 час/ 216 уч.	27 час/ 48 уч.	27 час/ 48 уч.	48 час/ 65 уч.	36 час/ 43 уч.	18 час/ 10 уч.		41	318	656	220	393	43	656

Директор МКУ ДО ДЮСШ
Ипатовского района



А.Е.Колесников

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МКУ ДО ДЮСШ Ипатовского района на 2020-2021 учебный год. На 01.01.2021 г.

Отделение	Количество часов в неделю / Количество учащихся								Всего		Общее	Количество уч-ся			Всего уч-ся
	Группы								Группы	Часов	Кол-во уч-ся	1-4 кл.	5-9 кл.	10-11 кл.	
	СОГ	НП-1	НП-2	НП-3	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4							
Борьба дзюдо		6 час/ 18 уч-ся			12 час/ 17 уч-ся	12 час/ 15 уч-ся	18 час/ 10 уч-ся		4	48	60	28	25	7	60
Борьба самбо		6 час/ 18 уч-ся			12 час/ 17 уч-ся				2	18	35	3	32	-	35
Лёгкая атлетика	6 час/ 16 уч-ся	6 час/ 16 уч-ся	9 час/ 16 уч-ся			12 час/ 16 уч-ся			4	33	64	-	64	-	64
Футбол	24 час/ 64 уч-ся	18 час/ 52 уч-ся	18 час/ 32 уч-ся	9 час/ 17 уч-ся	24 час/ 31 уч-ся	24 час/ 28 уч-ся			14	117	224	122	98	4	224
Баскетбол	18 час/ 48 уч-ся	18 час/ 48 уч-ся		9 час/ 16 уч-ся					7	45	112	22	76	14	112
Волейбол	12 час/ 32 уч-ся	12 час/ 32 уч-ся	9 час/ 16 уч-ся	9 час/ 15 уч-ся					6	42	95	1	79	15	95
Н/теннис	12 час/ 32 уч-ся	6 час/ 16 уч-ся							3	18	48	1	44	3	48
Гимнастика	6 час/ 16 уч-ся	6 час/ 16 уч-ся							2	12	32	32	-	-	32
Шахматы	6 час/ 18 уч-ся								1	6	18	11	7	-	18
Объём уч.нагрузки	84 час/ 226 уч.	78 час/ 216 уч.	36 час/ 64 уч.	27 час/ 48 уч.	48 час/ 65 уч.	48 час/ 59 уч.	18 час/ 10 уч.		43	339	688	220	425	43	688

Директор МКУ ДО ДЮСШ
Ипатовского района



А.Е.Колесников