|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Рассмотрено**  на заседании педагогического совета МБУ ДО СШ  протокол № 1  от 28 августа 2024 г. |  | **Утверждаю:**  Директор МБУ ДО СШ  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Н.Лященко | |
|  |  | |  |

**Учебный план**

**муниципального бюджетного учреждения**

**дополнительного образования**

**спортивная школа**

**Цимлянского района**

**на 2024 – 2025 учебный год**

Пояснительная записка Учебного плана МБУ ДО СШ,

обеспечивающего реализацию дополнительных общеобразовательных программ

на 2024-2025 учебный год

1. **Общие положения.**

Учебный план МБУ ДО СШ разработан в соответствии с нормативными документами:

**Федерального уровня:**

* Федеральный закон Российской Федерации от 29. 12. 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
* Федеральным законом от 14 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
* Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31марта 2022 г. № 678-р.
* Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
* Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
* Приказом Министерства Спорта Российской Федерации от 3 августа 2022 г № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
* Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «футбол» утвержденный Приказом Минспорта России № 1000 от 16.11.2022 г. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол» утвержденной приказом Минспорта России от 14.12.2022 N 1230.
* Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» утвержденный Приказом Минспорта России № 984 от 15 ноября 2022.
* Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» утвержденной приказом Минспорта России от 20.11.2023 N 820.

**Муниципального уровня**:

Постановление Администрации Цимлянского района № 838 от 09.11.2021 «Об оплате труда работников муниципальных бюджетных образовательных учреждений Цимлянского района, методического кабинета отдела образования Администрации Цимлянского района, МАУ РЦО Цимлянского района».

Муниципальное задание №17 на 2024 год и на плановый период 2025 и 2026 год от 29.03.2024 г.

**Уровня учреждения:**

* Устав МБУ ДО СШ Цимлянского района.
* Дополнительная общеобразовательная программа, утвержденная на педагогическом совете 28.08.2024 г. (Протокол № 1).
* Приказ по МБУ ДО СШ «Об утверждении нагрузки педагогического состава МБУ ДО СШ» от 30.08. 2024 г. № 95 – о.
* План работы МБУ ДО СШ на 2024-2025 учебный год.
* План комплектования МБУ ДО СШ на 2024-2025 учебный год.

Учебный план является одним из основных документов, предназначенных для планирования и организации образовательного процесса, определяющий его направленность и содержание.

Учебный план определяет объем учебной нагрузки и ее распределение по уровням сложности и годам обучения.

**Цель учебного плана**:

Основной целью учебного плана является реализация дополнительных общеобразовательных программ:

* Дополнительные образовательные общеразвивающие программы.
* Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.

Учебный год в МБУ ДО СШ начинается 1 сентября.

Тренировочные занятия с учащимися:

* общеобразовательных школ в возрасте до 16 лет проводятся с 8.00 часов до 20.00 часов;
* общеобразовательных школ, средних специальных и высших учебных заведений в возрасте от 16 до 18 лет занятия могут проводиться до 21 часа.

Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.

Тренировочные занятия на отделениях по видам спорта проводятся:

1. По дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, разработанным в МБУ ДО СШ, Учебному плану, рассчитанному на 46 недель учебно-тренировочных занятий, 6недель в условиях спортивно-оздоровительных лагерей и самостоятельной работы по индивидуальным планам, всего 52 недели.

2. По дополнительным общеразвивающим программам, разработанным в МБУ ДО СШ, Учебному плану, рассчитанному на 46 недель учебно-тренировочных занятий, 6 часов в неделю и по программе «Школа здоровья» разработанную на 36 недель, 2 часа в неделю занятий по «социальному сертификату».

В период каникул занятия могут проводиться по специальному расписанию с переменным составом учащихся; создаваться различные группы с постоянным составом детей в лагерях или на базе образовательного учреждения, а также по месту жительства детей; продолжаться в форме учебно-тренировочных сборов, посещения соревнований, экскурсий и т.п.

Комплектование групп в МБУ ДО СШ проводится с 1 сентября по 15 октября 2024 г.

Дополнительные общеразвивающие программы ПО МУНИЦИПАЛЬНОМУ ЗАДАНИЮ

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование образовательной программы | количество учащихся | кол-во групп |
|  | Реестр программ |  |  |
| 1 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  "ФУТБОЛ" | 49 | 3 |
| 2 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА" | 15 | 1 |
| 3 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ТЕННИС" | 11 | 1 |
| 4 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП» | 20 | 1 |
|  | Всего | **95** | **6** |

Дополнительная общеобразовательная программа ПО СОЦИАЛЬНОМУ ЗАКАЗУ

«Школа здоровья» по видам спорта.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование образовательной программы | количество учащихся | СОГ |
|  | Реестр программ |  |  |
| 1 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  "ФУТБОЛ" | 119 | 6 |
| 2 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА" | 20 | 1 |
| 3 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ТЕННИС" | 19 | 1 |
| 4 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ВОЛЕЙБОЛ" | 25 | 1 |
| 5 | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП» | 25 | 1 |
|  | Всего | **208** | **10** |

Учебный план по дополнительным образовательным общеразвивающим программам и программам спортивной подготовки.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование дополнительной общеразвивающей программы | Группы | Продолжительность, период обучения | Кол-во часов в нед.  в 1-й группе | Кол-во обуч-ся  (чел.) |
| 1 | Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» вид спорта- футбол | СОГ (социальный сертификат) | 36 недель  01.09.24-31.05.25 | 2 | 125 |
| 2 | Дополнительная общеразвивающая программа по футболу | СОГ | 46 недель  01.09.24-31.08.25 | 6 | 49 |
| 3 | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта футбол | НП-2;3 | 46 недель  01.09.24-31.08.25 | 6-8 | 52 |
| УТ-2;3;4;5 | 10-12-16 | 68 |
| 4 | Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» вид спорта- художественная гимнастика | СОГ (социальный сертификат) | 36 недель  01.09.23-31.05.24 | 2 | 14 |
| 5 | Дополнительная общеразвивающая программа по художественной гимнастике | СОГ | 46 недель  01.09.23-31.08.24 | 5 | 15 |
| 6 | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика | НП-1;3 | 46 недель  01.09.23-31.08.24 | 6 -8 | 23 |
| УТ-1;3;4;5 | 12-14-17-18 | 34 |
| 7 | Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» вид спорта- волейбол | СОГ (социальный сертификат) | 36 недель  01.09.24-31.05.25 | 2 | 25 |
| 8 | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта волейбол | НП-2 | 46 недель  01.09.24-31.08.25 | 6 | 15 |
| 9 | Дополнительная общеразвивающая программа по теннису | СОГ | 46 недель  01.09.24-31.08.25 | 6 | 11 |
| 10 | Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» вид спорта- теннис | СОГ (социальный сертификат) | 36 недель  01.09.24-31.05.25 | 2 | 19 |
| 11 | Дополнительная общеразвивающая программа по ОФП | СОГ | 46 недель  01.09.24-31.08.25 | 6 | 20 |
| 12 | Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» общая физическая подготовка | СОГ (социальный сертификат) | 36 недель  01.09.24-31.05.25 | 2 | 25 |

# Годовой учебно-тренировочный план спортивной подготовки по виду спорта «футбол»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Вид спортивной подготовки и иные спортивные мероприятия | Этапы и год подготовки | | | | | | | |
| *Этап начальной подготовки* | | | *Учебно-тренировочный этап (спортивной специализации)* | | | | |
| *НП-1* | *НП-2* | *НП-3* | *УТ-1* | *УТ-2* | *УТ-3* | *УТ-4* | *УТ-5* |
| Часов в неделю | 6 | 6 | 8 | 10 | 12 | 12 | 14 | 16 |
| Максимальная продолжительность одного занятия | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Наполняемость групп (чел.) | 14 | 14 | 14 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 |
| 1. | Общая физическая подготовка | 47 | 47 | 62 | 78 | 95 | 95 | 109 | 125 |
| 2. | Специальная физическая подготовка(ч.) | - | - | - | 36 | 44 | 44 | 80 | 92 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях(ч.) | - | - | - | 36 | 43 | 43 | 50 | 58 |
| 4. | Техническая подготовка(ч.) | 140 | 140 | 188 | 193 | 230 | 230 | 146 | 166 |
| 5. | Тактическая подготовка(ч.) | 2 | 2 | 3 | 22 | 24 | 24 | 69 | 73 |
| 6. | Теоретическая подготовка(ч.) | 3 | 3 | 3 | 10 | 13 | 13 | 15 | 20 |
| 7. | Психологическая подготовка | 1 | 1 | 2 | 5 | 7 | 7 | 10 | 15 |
| 8. | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) (ч.) | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 9. | Инструкторская практика(ч.) | - | - | - | 5 | 6 | 6 | 7 | 8 |
| 10. | Судейская практика(ч.) | - | - | - | 5 | 6 | 6 | 7 | 8 |
| 11. | Медицинские, медико-биологические мероприятия | 3 | 3 | 3 | 5 | 7 | 7 | 20 | 23 |
| 12. | Восстановительные мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 6 | 7 | 7 | 7 | 29 | 34 |
| 13. | Интегральная подготовка (ч.) | 110 | 110 | 146 | 115 | 138 | 138 | 182 | 206 |
|  | *Итого(ч)\** | ***312*** | ***312*** | ***416*** | ***520*** | ***624*** | ***624*** | ***728*** | ***832*** |

# Годовой учебно-тренировочный план спортивной подготовки по виду спорта

«художественная гимнастика»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N  п/п | Виды спортивной подготовки и иные мероприятия | Этапы и годы спортивной подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| Для женщин | | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 35-45 | 6-10 | 2-4 | 1-2 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 16-24 | 18-26 | 10-16 | 10-16 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | 2-4 | 3-7 | 6-10 | 7-11 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 25-35 | 50-60 | 59-69 | 61-71 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 2-4 | 2-4 | 2-4 | 2-4 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | - | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-5 | 6-8 | 7-9 | 7-9 |

\*Дополнительные программы спортивной подготовки по видам спорта предусматривают самостоятельную работу по спортивной подготовке. Объем самостоятельной работы составляет 10-20% от общего объема учебного плана по виду спорта

Приложение №1

к изменениям, вносимым

в федеральный стандарт спортивной

подготовки по виду спорта «футбол»,

утвержденный приказом Министерства

спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1000,

утвержденным приказом

Минспорта России

от 10 октября 2023 г. № 723

## Объем соревновательной деятельности

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды  спортивных соревнований, матчи | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| До года | Свыше года | До трех лет | Свыше  трех лет |
|  | Для спортивной дисциплины «футбол» | | | | | |
| Контрольные | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 |
| Основные | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| Матчи | - | 5 | 25 | 30 | 32 | 36 |
|  | Для спортивной дисциплины «мини- футбол» | | | | | |
| Контрольные | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| Отборочные | - | - | 1 | 2 | 1 | 1 |
| Основные | - | - | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Матчи | - | - | 28 | 28 | 32 | 32 |

Приложение №2

к изменениям, вносимым

в федеральный стандарт спортивной

подготовки по виду спорта «футбол»,

утвержденный приказом Министерства

спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 1000,

утвержденным приказом

Минспорта России

от 10 октября 2023 г. № 723

«Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Виды спортивной  подготовки и иные мероприятия | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной  специализации) | | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| До  года | Свыше года | До трех лет | Свыше  трех лет |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 13 - 17 | 13 - 17 | 13 - 17 | 13 - 17 | 9 - 11 | 7 - 9 |
| 2. | Специальная физическая подготовка  (%) | - | - | 7 - 9 | 9 - 11 | 9 - 11 | 9 - 11 |
| З. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | 1- 4 | 7 - 8 | 7 - 8 | 10 - 12 | 9 - 11 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 45 - 52 | 43 - 49 | 35 - 39 | 18 - 20 | 9 - 11 | 7 - 9 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 1 - 2 | 1 - 2 | 7 - 9 | 11-13 | 19 - 20 | 26 - 29 |
| 6. | Инструкторская и  судейская практика(%) | - | - | 2 - 3 | 2 - 3 | 3 - 4 | 2 - 3 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические,  восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3 - 5 | 3 - 5 | 2 - 4 | 8 - 11 | 8 - 11 | 8 - 11 |
| 8. | Интегральная подготовка(%) | 32-36 | 32-35 | 20 -24 | 26 - 29 | 27 - 32 | 25 - 28 |

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по художественной гимнастике

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы спортивной подготовки | Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет) | Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет) | | Наполняемость (человек) |
| Девочки | Мальчики |
| Для спортивной дисциплины индивидуальная программа | | | | |
| Этап начальной подготовки | 2-3 | 6 | 6 | 12 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 4-5 | 8 | 8 | 5 |
| Для спортивной дисциплины групповые упражнения | | | | |
| Этап начальной подготовки | 2-3 | 6 | 6 | 12 |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 4-5 | 8 | 8 | 6 |

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по художественной гимнастике

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапный норматив | Этапы и годы спортивной подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | |
| До года | Свыше года | До трех лет | Свыше трех лет |
| Количество часов в неделю | 4,5- 6 | 6-8 | 12-14 | 14-18 |
| Общее количество часов в год | 234-312 | 312-416 | 624-728 | 728-936 |

Объем соревновательной деятельности

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Виды | Этапы и годы спортивной подготовки | | | | | |
| спортивных соревнований |
| Этап начальной  подготовки | | Учебно-тренировочный  этап (этап | | Этап совершенствования спортивного | Этап высшего спортивного  мастерства |
|  |  | | спортивной | | мастерства |  |
|  |  | | специализации) | |  |  |
|  | До года | Свыше года | До трех лет | Свыше трех лет |  |  |
| Для женщин | | | | | | |
| Контрольные | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Отборочные | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 |
| Основные | 1 | 2 | 3 | 4 | 6 | 8 |

##### Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре

##### учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N  п/п | Виды спортивной подготовки и иные мероприятия | Этапы и годы спортивной подготовки | | | |
| Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 35-45 | 6-10 | 2-4 | 1-2 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 16-24 | 18-26 | 10-16 | 10-16 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | 2-4 | 3-7 | 6-10 | 7-11 |
| 4. | Техническая подготовка | 25-35 | 50-60 | 59-69 | 61-71 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 2-4 | 2-4 | 2-4 | 2-4 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | - | 1-2 | 1-2 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-5 | 6-8 | 7-9 | 7-9 |