

Рассмотрено
на заседании педагогического
совета МБУ ДО СШ
протокол № 1
от 28 августа 2025 г.

Утверждаю:

Директор МБУ ДО СШ

Н.Н. Лященко



Учебный план
муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
спортивная школа
Цимлянского района
на 2025 – 2026 учебный год

Пояснительная записка
Учебного плана МБУ ДО СШ,
обеспечивающего реализацию дополнительных общеобразовательных программ
на 2025-2026 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 31 марта 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».
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Приказ 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 13.03.2024 N 279.
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика» утвержденный Приказом Минспорта России № 984 от 15 ноября 2022.
- Приказ Министерства Спорта Российской Федерации от 19.02.2025 №131 О внесении изменений в Нормы, требования и условия их выполнения по виду спорта «художественная гимнастика».
- 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 № 933 от 10.12.2024 «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 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 год от 01.01.2025 г.

Уровня учреждения:

- Устав МБУ ДО СШ Цимлянского района.
- Дополнительная общеобразовательная программа, утвержденная на педагогическом совете 28.08.2025 г. (Протокол № 1).
- План работы МБУ ДО СШ на 2025-2026 учебный год.
- План комплектования МБУ ДО СШ на 2025-2026 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, бнедель 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, 6-4 часа в неделю по муниципальному заданию 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 2025 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"	58	5
2	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА"	10	1
3	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ТЕННИС"	12	1
4	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП»	22	2
	Всего	102	9

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"	101	4
2	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА"	12	1
3	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "ВОЛЕЙБОЛ"	25	1
4	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ОФП»	70	3
	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 обучающихся (чел.)
1	Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» вид спорта-футбол	СОГ (социальный сертификат)	36 недель 01.09.25-31.05.26	2	101
2	Дополнительная общеразвивающая программа по футболу	СОГ	46 недель 01.09.25-31.08.26	6- 4	68
3	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта футбол	НП-2;3	46 недель 01.09.25-31.08.26	6-8	34
		УТ-1;2;3;4;5		10-12-16	76
4	Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» вид спорта-художественная гимнастика	СОГ (социальный сертификат)	36 недель 01.09.25-31.05.26	2	12
5	Дополнительная общеразвивающая программа по художественной гимнастике	СОГ	46 недель 01.09.25-31.08.26	6	10
6	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика	НП-1	46 недель 01.09.25-31.08.26	6	12
		УТ-1;2;4;5		12-14-18-18	35
7	Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» вид спорта-волейбол	СОГ (социальный сертификат)	36 недель 01.09.25-31.05.26	2	25
8	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта волейбол	НП-2	46 недель 01.09.25-31.08.26	6	15
9	Дополнительная общеразвивающая программа по теннису	СОГ	46 недель 01.09.25-31.08.26	6	12
10	Дополнительная общеразвивающая программа по ОФП	СОГ	46 недель 01.09.25-31.08.26	6	24
11	Дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» общая физическая подготовка	СОГ (социальный сертификат)	36 недель 01.09.25-31.05.26	2	70

Количество часов в неделю/ год в МБУ ДО СШ:

Этап подготовки		Год обучения	Кол – во групп	Кол – во учащихся	Количество часов в неделю	Кол – во час. в 1-й группе в год	Кол-во часов во всех группах в год (46 н)
командно-игровые.	Программы спортивной подготовки	ГНП- 1	1	13	6	276	276
		ГНП- 2	1	17	8	368	368
		ГНП-3	2	32	8	368	736
		УТГ-1	1	13	10	460	460
		УТГ-3	1	27	12	552	552
		УТГ-4	1	18	13	598	598
		УТГ-5	1	18	14	644	644
сложно-координационные	Программы спортивной подготовки	ГНП-1	1	12	9	414	414
		УТГ-1	1	10	12	552	552
		УТГ-2	1	5	14	664	664
		УТГ-4	1	10	18	828	828
		УТГ-5	1	10	18	828	828
			13	185		6920	
СОГ			9(МЗ)	101	6	276	2484
			10(С)	208	2	72	36 недель 720
всего			32	5276/694			10124

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 совершенство вания 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
3.	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 спортивных соревнований	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 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