

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО
«Усть-Абаканская СШ»
Н.Ю. Крижанец
«22» 2023



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Усть-Абаканская спортивная школа»
по дополнительным общеобразовательным программам по видам спорта

рп. Усть-Абакан
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план МБУДО «Усть-Абаканская СШ» позволяет увидеть:

- продолжительность освоения дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта;
- объем учебной нагрузки обучающихся по годам обучения;
- некоторые статистические показатели работы учреждения;
- профессиональную квалификационную подготовку тренеров-преподавателей.

Учебный план МБУДО «Усть-Абаканская СШ» на 2023–2024 учебный год составлен на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Устав МБУ ДО «Усть-Абаканская СШ»
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.4. 3172-14 (зарегистрировано в Минюсте 20.08.2014г. №33660);
- Письмо Минспорта России от 12.05.2014г. №ВМ-04-10/2554 «О направлении Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;
- Приказ Минспорта России от 27.12.2013г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта.

1. Педагогический состав (тренеры-преподаватели):

МБУДО «Усть-Абаканская СШ» на постоянной основе работает 22 человека, совместителей – 13 человек. Один тренер-преподаватель имеет первую квалификационную категорию и четыре тренера-преподавателя высшую квалификационную категорию.

В МБУДО «Усть-Абаканская СШ» среди тренеров-преподавателей высшее образование имеют – 14 человек, среднее профессиональное – 2 человека, среднее полное - 1 человек.

2. МБУДО «Усть-Абаканская СШ» осуществляет деятельность по 13 видам спорта.

В 2023–2024 учебном году образовательная деятельность будет реализована по следующим видам спорта:

- по дополнительным общеразвивающим программам:

- баскетбол;
- бокс;
- волейбол;
- гиревой спорт;
- каратэ;

- рукопашный бой;
- спортивная (вольная) борьба;
- настольный теннис;
- спортивное ориентирование;
- футбол;
- чир-спорт;
- шахматы.

- по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки:

- бокс;
- баскетбол;
- спортивная (вольная) борьба;
- хоккей с мячом.

В 2023–2024 учебном году учебные планы по видам спорта по дополнительным общеразвивающим программам составлены в соответствии с содержанием программы дополнительные образовательные программы спортивной подготовки составлены на 52 учебных недели.

Промежуточная аттестация в МБУДО «Усть-Абаканская СШ» проводится в форме тестирования (сдача контрольно-переводных нормативов). Каждому виду спорта соответствуют определенные контрольно-переводные нормативы.

2. Программы.

В процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ и дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта обучающиеся занимающиеся осваивают следующие этапы подготовки:

- спортивно-оздоровительный этап – весь период
- начальная подготовка - срок освоения этапа – 2-3 года;
- учебно-тренировочный – срок освоения этапа – 3-5 лет

Продолжительность одного непрерывного тренировочного занятия составляет:

- для спортивно-оздоровительных групп – 1-2 астрономических часа
- для групп начальной подготовки – 2-3 астрономических часа;
- для учебно-тренировочных групп – 3-4 астрономических часа;

Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки на этапах подготовки составляет:

1. По дополнительным общеразвивающим программам:

В соответствии с нормативными документами часовая нагрузка в спортивно-оздоровительных группах определяется как до **6 часов/неделю**. В зависимости от вида спорта нагрузка в спортивно-оздоровительных группах по годам обучения может меняться.

Задачами спортивно-оздоровительного этапа являются: привлечение максимально возможного количества учащихся к систематическим занятиям, выбранным видом спорта, утверждение здорового образа жизни, всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.

В 2023–2024 учебном году объем учебно-тренировочной нагрузки в неделю по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта составит:

Этап начальной подготовки:

-1-2 года обучения – до 6 часов в неделю

- 3-4 года обучения – до 8 часов в неделю

Задачами этапа начальной подготовки являются: начальное освоение техники и тактики выбранного вида спорта. Формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение учащихся к здоровому образу жизни.

Учебно-тренировочный этап: продолжительность одного занятия зависит от дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, по которым работают тренеры-преподаватели и могут быть:

- 1 года обучения – от 10 до 18 часов в неделю

- 2 года обучения – от 10 до 18 часов в неделю

- 3 года обучения – от 10 до 18 часов в неделю

- 4 года обучения – от 12 до 18 часов в неделю

- 5 года обучения – от 12 до 18 часов в неделю.

Характерной чертой тренировочного этапа является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок. Освоение дополнительных общеобразовательных общеразвивающих и дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, завершается итоговой аттестацией в форме сдачи контрольно-переводных нормативов.

Контрольно-переводные нормативы проводятся в конце учебного года (апрель – май). Сроки и порядок проведения утверждается директором согласно графику.

В 2023–2024 учебном году образовательный процесс в Учреждении осуществляют 35 тренеров-преподавателей, из них 22 человека – штатные; 13 человек – внешние совместители. 5 тренеров-преподавателей имеют высшую квалификационную категорию, 10 тренеров-преподавателей имеют первую квалификационную категорию.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН МБУДО «УСТЬ-АБАКАНСКАЯ СШ» на 2023-2024 год

Вид спорта	Программа	Этап подготовки	Количество групп	Кол-во учащихся в группе	Кол-во часов в неделю	Тренер-преподаватель
Бокс	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-1	25	21	Ивакова А.Е
			СОГ-2	18		Ивакова А.Е
			СОГ-1	13	9	Новоселов В.В
			СОГ-1	13	9	Забалуев Е.Л
			СОГ-1	15	6	Вознесенский Д.П
			СОГ-2	15	6	Вознесенский Д.П
	Спортивная подготовка	Этап начальной подготовки	ЭНП-3	11	3	Литвинов А.А
			ЭНП-2	10	7	Кретов А.И
			УТГ-3	10	6	Литвинов А.А
			УТГ-4	12	6	Литвинов А.А
Баскетбол	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	УТГ-2	13	8	Кретов А.И
			УТГ-3	11	12	Кретов А.И
			СОГ-1	15	6	Гришаев Л.А
			СОГ-2	15	6	Гришаев Л.А
			СОГ-1	13	6	Юрсанов С.В
			СОГ-2	14	6	Юрсанов С.В
Волейбол	Спортивная подготовка	Этап начальной подготовки	ЭНП-2	16	8	Борзенко А.А
			ЭНП-3	15	8	Борзенко А.А
			УТГ-3	16	10	Борзенко А.А
			УТГ-5	15	10	Борзенко А.А
			СОГ-1	15	4	Чебыкин Н.И
	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-2	15	5	Чебыкин Н.И
			СОГ-3	20	6	Чебыкин Н.И
			СОГ-4	18	6	Чебыкин Н.И
			СОГ	16	6	Кучаев В.Б
			СОГ-1	15	6	Потылицын Д.К
			СОГ-2	15	6	Потылицын Д.К
			СОГ-1	15	6	Крутских А.Б
			СОГ-2	16	6	Крутских А.Б

				СОГ-2	1	15	6	Гирс Н.К
				СОГ-1	1	17	6	Моршнева Т.С
				СОГ-2	1	15	6	Моршнева Т.С
				СОГ-3	1	18	6	Моршнева Т.С
				СОГ-1	1	15	6	Дресвянин Н.Н
				СОГ-2	1	15	6	Дресвянин Н.Н
				СОГ-3	1	20	6	Дресвянин Н.Н
				СОГ-4	1	18	6	Дресвянин Н.Н
				СОГ	1	15	9	Сигаев А.Ю
Косики каратэ	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-1	1	17	6	Ефанов А.И	
			СОГ-2	1	18	6	Ефанов А.И	
			СОГ-3	1	12	9	Ефанов А.И	
Рукопашный Бой	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-1	1	12	6	Бобчак Р.В	
			СОГ-2	1	10	8	Бобчак Р.В	
			СОГ-1	1	15	8	Давыдов Н.Н	
Гиревой Спорт	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-2	1	15	8	Давыдов Н.Н	
			СОГ-3	1	15	8	Давыдов Н.Н	
			СОГ-1	1	15	6	Аев А.Л	
Настольный теннис	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ	1	14	10	Захарчук А.А	
			СОГ-1	1	15	8	Аев А.Л	
			СОГ-2	1	15	8	Аев А.Л	
Греко – римская борьба	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-1	1	15	6	Потылицын А.Д	
			СОГ-2	1	15	6	Потылицын А.Д	
			СОГ-1	1	15	6	Линдт Г.В	
Футбол	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-2	1	15	6	Линдт Г.В	
			СОГ-3	1	15	7	Линдт Г.В	
			СОГ-4	1	16	8	Линдт Г.В	
			СОГ-1	1	14	5	Екимков Г.В	
			СОГ-2	1	12	5	Екимков Г.В	
			СОГ-3	1	12	5	Екимков Г.В	
			СОГ-1	1	11	8	Шамонин В.В	
			СОГ-2	1	9	10	Шамонин В.В	
			СОГ-1	1	18	6	Ульянов П.Р	
			СОГ-2	1	11	6	Ульянов П.Р	

			СОГ-3	1	18	7	Ульянов П.Р
			СОГ-4	1	15	8	Ульянов П.Р
			СОГ-1	1	18	6	Аев В.Н
			СОГ-2	1	15	6	Аев В.Н
			СОГ-3	1	15	6	Аев В.Н
			СОГ-1	1	15	6	Кучендаев В.Б
			СОГ-2	1	15	6	Кучендаев В.Б
			СОГ-1	1	15	8	Степанидин Д.Ю
Спортивное Ориентирование	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ-2	1	13	8	Степанидин Д.Ю
			СОГ-3	1	6	8	Степанидин Д.Ю
Чир-спорт	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ	1	24	8	Тодышева В.В
Шахматы	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ	1	25	9	Костяков П.Г
Вольная (спортивная) борьба	Общеразвивающая	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ	2	30	12	Килижеков А.В
	Спортивная подготовка	Этап начальной подготовки	ЭНП-2	1	15	7	Бельтерев А.С
		Учебно-тренировочный этап	ЭНП-3	1	15	8	Бельтерев А.С
			УТЭ-3	1	15	12	Бельтерев А.С
Хоккей с мячом	Спортивная подготовка	Спортивно-оздоровительный этап	СОГ	1	8	6	Ефимов А.Н
			СОГ	1	8	6	Хрисоненко А.В
		Учебно-тренировочный этап	УТГ-2	1	17	15	Ефимов А.Н
			УТГ-3	1	16	12	Хрисоненко А.В

1.9. Учебный план спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»

Виды подготовки	Этап начальной подготовки			Этап учебно-тренировочный				
	1-ый год	2-ой год	3-ий год	1-ый год	2-ой год	3-ий год	4-ый год	5-ый год
Общая физическая подготовка	128	192	192	196	196	120	120	120
Специальная физическая подготовка	-	-	-	48	48	254	254	254
Участие в соревнованиях	-	-	-	16	16	42	42	42
Техническая подготовка	128	175	175	184	184	140	140	140
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	-	8	8	42	42	77	77	77
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	10	10	21	21	21
Медицинские и медикобиологические мероприятия	3	5	5	10	10	14	14	14
Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	5	16	16	22	22	36	36	36
Количество часов в неделю	6	9	9	12	12	16	16	16
Всего часов за 44 недели	264	396	396	528	528	704	704	704