

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ИМ. И.В. СТАЦЕНКО»
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБОУДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ ИМ. И.В. СТАЦЕНКО»)

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете
МБОУДОД «Красногвардейская
СШ им. И. В. Стаценко»
протокол № 5
от 09 09 2023г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор
Муниципальное
образовательное
учреждение
«Красногвардейская СШ
им. И.В. Стаценко»
Красногвардейская
спортивная школа
им. И.В. Стаценко А.Г. Гольберг
приказ от 09.09.23 № 112-09



ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МБОУДОД «Красногвардейская СШ им. И.В. Стаценко»

на 2023-2024 год

пгт Красногвардейское
2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящий учебный план разработан в соответствии и с учетом основных положений и требований Федерального закона от 29.12.2012 N2 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 04.12.2007 N2 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 N2 1008 «об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Уставом МБОУДОД «Красногвардейская СШ им. И.В. Стаценко».

Учебный план направлен на достижение основных целей МБОУДОД «Красногвардейская СШ им. И.В. Стаценко» — создание оптимальных условий для развития детско-юношеского спорта, повышения уровня физической подготовленности и спортивных результатов обучающихся с учетом индивидуальных особенностей, воспитания их морально-этических и нравственно-волевых качеств.

Основным условием для достижения целей МБОУДОД «Красногвардейская СШ им. И.В. Стаценко» является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его индивидуальных особенностей, возможностей и способностей, которая обеспечивается решением специфических задач на каждом этапе обучения.

При разработке учебного плана соблюдается принцип преемственности между дополнительными общеобразовательными программами, этапами обучения, учитываются материально-технические условия, региональные условия, кадровое обеспечение, календарь областных и муниципальных соревнований по видам спорта, дополнительные общеобразовательные программы.

Программы разработаны в соответствии и с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования и физической культуры и спорта, соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по таким программам. Программы учитывают требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Каждая дополнительная общеобразовательная программа представляет собой нормативный документ, рассмотренный и одобренный педагогическим советом.

Дополнительные общеобразовательные программы направлены на спортивно-оздоровительную деятельность обучающихся от 6 лет до 18 лет при условии наличия разрешительного медицинского документа.

Дополнительные общеразвивающие программы с элементами:

- игровых видов спорта (мальчики, девочки) — срок реализации весь период; - командных игровых видов спорта (мальчики, девочки) — срок реализации весь период;
- греко-римской борьбы (мальчики) — срок реализации весь период;
- восточных боевых единоборств (мальчики, девочки) — срок реализации весь период;
- циклических видов спорта (мальчики, девочки) — срок реализации весь период.

МБОУДОД «Красногвардейская СШ им. И.В. Стаценко» спортивная школа организует учебно-тренировочные занятия и спортивно-массовые мероприятия в режиме 7 дневной учебной недели, оптимально соответствующей эффективности осуществления воспитательно-образовательного процесса.

Учебный план рассчитан на (СОГ) 36 учебные недели, (УТГ) 52 учебные недели, соответствует максимальному объему нагрузки обучающихся. Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые учебно-тренировочные занятия, тренировочные сборы, участие в соревнованиях или иных мероприятиях. Учебно-тренировочные занятия являются основным элементом образовательного процесса, строятся на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей обучающихся. Содержание деятельности в учебно-тренировочной группе определяется тренером-преподавателем с учетом дополнительных общеобразовательных программ и учебных планов. При выборе средств и методов обучения тренеры-преподаватели отдают предпочтение развивающим методикам, учитывают индивидуальные особенности обучающихся, формируют устойчивые интересы и навыки самостоятельной работы.

Часовая нагрузка распределяется согласно дополнительным общеобразовательным программам с учетом возраста обучающихся, и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся.

Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого.

Продолжительность одного учебного занятия не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе — 2 академических часов;
- на этапе начальной подготовки - 2 академических часов;
- на тренировочном этапе — 3 часа;

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп, если соблюдаются следующие условия: - разница в уровне подготовки обучающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный состав объединенной группы.

Распределение времени в учебном плане на предметные области подготовки по этапам и годам обучения осуществляется с конкретными задачами многолетней спортивной подготовки и обеспечения преемственности дополнительных общеобразовательных программ:

Спортивно-оздоровительный этап:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации; - выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

Этап начальной подготовки:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- выявление задатков и способностей обучающихся;
- освоение основ техники в избранном виде спорта;
- содействие гармоничному формированию растущему организму; - выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

Учебно-тренировочный этап:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

Этап Спортивно-оздоровительный	Весь период	баскетбол волейбол футбол Греко-римская борьба Легкая атлетика Восточное боевое единоборство (тайский бокс, самбо) Бокс Настольный теннис Шахматы	6 лет 6 лет 6 лет 6 лет 6 лет 6 лет 6 лет 6 лет 6 лет	15 15 15 15 15 15 15 15 15	30 30 30 30 30 30 30 30 30	до 6 до 6 до 6 до 6 до 6 до 6 до 6 до 6 до 6	Прирост показателей ОФП
Этап начальной подготовки	До года свыше года	баскетбол Греко-римская борьба Легкая атлетика Восточное боевое единоборство	8 лет 11 лет 10 лет 9 лет	15 12 10 15	16 16 16 16	8 9 6 9	Выполнение нормативов промежуточной аттестации

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ГОДОВОГО ПЛАНА
муниципального бюджетного образовательного учреждения
дополнительного образования детей «Красногвардейская спортивная школа им. И.В. Стаенко»

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР (БАСКЕТБОЛ)
МБОУ ДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы											Совершенство вания спортивного мастерства
		(СОГ)	Начальной подготовки					Учебно-тренировочные					
			I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V	
		Год освоения программы											
1.	Теоретическая подготовка	5	12	18	18	18	20	20	20	26	30	40	42
2.	Общая физическая подготовка	20	90	124	124	124	140	160	180	192	196	196	95
3.	Специальная физическая подготовка	20	28	46	46	46	68	80	100	134	154	207	
4.	Технико-тактическая (интегральная) подготовка	20	36	40	40	40	50	76	82	84	86	307	
5.	Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	10	20	30	30	30	40	50	60	68	80	180	
6.	Психологическая подготовка	2	12	14	14	14	16	16	16	16	16	108	
7.	Техническая подготовка	45	80	100	100	100	130	160	180	190	220	170	
8.	Тактическая подготовка	20	30	40	40	40	50	56	76	110	130	125	
9.	Контрольные нормативы; приемные и переводные испытания	2	4	4	4	4	6	6	8	8	14	14	
Общее количество часов:		144	312	416	416	416	520	624	728	832	936	1248	

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР (ВОЛЕЙБОЛ)
МБОУДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы										Совершенствования спортивного мастерства
		(СОГ)	Начальной подготовки			Учебно-тренировочные			V	Весь период		
			I	II	III	I	II	III			IV	
		Год освоения программы										
		I	II	III	I	II	III	IV	V	Весь период		
1.	Теоретическая подготовка	8	12	18	20	20	26	30	40	40		
2.	Общая физическая подготовка	50	90	124	140	160	180	192	196	196		
3.	Специальная физическая подготовка	25	28	46	68	80	100	134	154	154		
4.	Техническая подготовка	67	80	100	130	160	180	190	220	220		
5.	Тактическая подготовка	34	30	40	50	56	76	110	130	130		
6.	Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	28	20	30	40	50	60	68	80	80		
7.	Психологическая подготовка	-	12	14	16	16	16	16	16	16		
8.	Технико-тактическая (интегральная) подготовка	-	36	40	50	76	82	84	86	86		
9.	Контрольные нормативы, приемные и переводные испытания	4	4	4	6	6	8	8	14	14		
	Общее количество часов:	216	312	416	520	624	728	832	936	936		

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР (ФУТБОЛ)
МБОУ ДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы (СОГ)											Учебно-тренировочные	Совершенствования спортивно го мастерства				
		Начальной подготовки						Учебно-тренировочные										
		I	I	I	II	III	I	II	III	IV	V	Весь период						
		I	I	I	II	III	I	II	III	IV	V							
		Год освоения программы																
1.	Теоретическая подготовка	10	7	10	10	18	20	24	24	26	30	40	40					
2.	Общая физическая подготовка	20	26	48	46	124	140	96	96	180	192	196	196					
3.	Специальная физическая подготовка	20	14	16	16	46	68	100	100	100	134	154	154					
4.	Технико-тактическая(интегральная) подготовка	-	35	49	45	100	130	78	78	180	190	220	220					
5.	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	12	14	8	16	40	50	36	36	76	110	130	130					
6.	Психологическая подготовка	3	6	4	6	14	16	12	12	16	16	16	16					
7.	Техническая подготовка	55	45	45	125	30	40	200	200	60	68	80	80					
8.	Тактическая подготовка	20	25	32	40	40	50	62	62	82	84	86	86					
9.	Контрольные нормативы, приемные и переводные испытания	4	8	4	8	4	6	16	16	8	8	14	14					
Общее количество часов:		144	180	216	312	416	520	624	624	728	832	936	936					

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ (ГРЕКО-РИМСКОЙ) БОРЬБЫ
МБОУ ДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/ п	Содержание занятий	СОГ	Группы										Учебно-тренировочные	Спортивног о совершенст вования	
			Начальной подготовки					Год освоения программы							
			I	I	II	III	IV	I	II	III	IV	V			на весь период
I			I	I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V		
1.	Теоретическая подготовка	14	9	14	18	18	18	20	20	24	26	30	37		
3.	Общая физическая подготовка	40	81	72	124	124	168	140	140	160	180	160	180		
4.	Специальная физическая подготовка	36	44	56	46	46	56	68	68	125	170	174	230		
5.	Техническая и тактическая подготовка	42	39	62	110	110	62	150	150	182	190	302	341		
6.	Соревновательная деятельность	3	-	3	60	60	3	80	80	72	76	62	96		
7.	Психологическая подготовка	5	5	5	10	10	5	10	10	10	10	45	4		
8.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	30	30	-	30	30	31	32	31	18		
10.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	14	14	-	16	16	12	36	16	18		
11.	Контрольные нормативы, приемные и переводные испытания	4	2	4	4	4	4	6	6	8	8	12	12		
Общее количество часов:		144	260	216	416	416	312	520	624	728	832	936			

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ САМБО
МБОУДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы													Спортивного совершенство вания
		(СОГ)	Начальной подготовки					Учебно-тренировочные					Весь период		
			Весь период					Год освоения программы							
			I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V			
1.	Теоретическая подготовка	9	12	12	15	15	15	20	20	28	28	28	37		
2.	Общая физическая подготовка	57	47	74	170	252	252	215	215	285	285	205	230		
3.	Специальная физическая подготовка	40	55	61	61	91	91	175	175	163	163	205	230		
4.	Техническая и тактическая подготовка	38	60	61	61	100	100	174	174	199	199	300	341		
5.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	-	8	8	8	8	16	18		
6.	Тренерская и судейская практика	-	-	-	-	-	-	8	8	8	8	16	18		
7.	Медицинский контроль	-	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
8.	Контрольные нормативы, приемные и переводные испытания	-	2	4	4	6	6	8	8	12	12	12	12		
9.	Контрольные соревнования	-	-	-	-	-	-	12	12	21	21	46	46		
Общее количество часов:		144	180	216	312	468	624	624	728	832	936				

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ (БЕГ)
МБОУДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы												Спортивног о совершенст вования	
		(СОГ)		Начальной подготовки		Учебно-тренировочные						V на весь период			
		Год освоения программы													
		на весь период		I	II	III	I	II	III	IV	V				
1.	Теоретическая подготовка	3	6	6	6	12	12	12	12	12	12	18	18	18	-
2.	Общая физическая подготовка	45	63	79	142	135	165	185	220	220	220	240	240	240	-
3.	Специальная физическая подготовка	29	75	56	80	124	154	184	213	213	213	236	236	236	-
4.	Техническая подготовка	11	38	22	53	140	196	230	245	245	245	280	280	280	-
5.	Тактическая подготовка	11	11	22	11	23	43	63	64	64	64	80	80	80	-
6.	Соревновательная деятельность	2	4	10	4	12	32	32	36	36	36	46	46	46	-
7.	Психологическая подготовка	3	3	4	5	7	7	7	10	10	10	10	10	10	-
8.	Тренерская и судейская практика	1	2	2	2	7	7	7	18	18	18	18	18	18	-
9.	Контрольные нормативы; приемные и переводные испытания	3	6	2	6	8	8	8	8	8	8	8	8	8	-
Общее количество часов:		108	144	180	216	468	624	728	832	832	832	936	936	936	-

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС
МБОУДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы													Спортивного совершенств ования	
		(СОГ)	Начальной подготовки					Учебно-тренировочные					Весь период			
			I	II	III	IV	V	I	II	III	IV	V				
			Год освоения программы													
1.	Теоретическая подготовка	8	10	20	20	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	-
2.	Общая физическая подготовка	45	73	110	110	110	110	110	110	110	110	110	110	120	120	-
3.	Специальная физическая подготовка	25	58	86	86	85	110	110	110	110	110	110	140	140	-	
4.	Техническая подготовка	67	87	86	86	138	138	138	140	140	140	170	170	170	-	
5.	Тактическая подготовка	34	36	40	40	86	86	86	120	120	120	150	150	150	-	
6.	Мед. обследование	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	-	
7.	Игровая подготовка	32	34	40	40	44	55	55	88	88	88	170	170	170	-	
8.	Соревновательная деятельность	-	-	20	20	44	55	55	90	90	90	116	116	116	-	
9.	Контрольные нормативы; приемные и переводные испытания	3	4	4	4	8	12	12	12	12	12	12	12	12	-	
10.	Восстановительные мероприятия	-	4	4	4	6	24	24	24	24	24	24	24	24	-	
11.	Тренировочная и судейская практика	-	2	2	2	6	6	6	6	6	6	6	6	6	-	
Общее количество часов:		216	312	416	416	520	624	624	728	728	936	936	936	936	-	

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ ВОСТОЧНОЕ БОЕВОЕ ЕДИНОБОРСТВО (ТАЙСКИЙ БОКС)
МБОУДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы													Спортивного совершенствования
		(СОГ)	Начальной подготовки			Учебно-тренировочные									
			Весь период			Год освоения программы									
			I	II	III	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	
1.	Теоретическая подготовка	9	9	8	12	15	15	15	20	28	28	28	37	37	43
2.	Общая физическая подготовка	57	81	45	170	252	252	215	285	205	230	230	230	230	427
3.	Специальная физическая подготовка	40	44	25	61	91	91	175	163	205	230	230	230	355	
4.	Техническая и тактическая подготовка	38	39	101	61	100	100	174	199	300	341	341	341	427	
5.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	-	8	8	16	18	18	18	57	
6.	Тренерская и судейская практика	-	-	32	-	-	-	8	8	16	18	18	18	43	
7.	Медицинский контроль	-	5	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	
8.	Контрольные нормативы; приемные и переводные испытания	-	2	3	4	6	6	8	12	12	12	12	12	28	
9.	Контрольные соревнования	-	-	-	-	-	-	12	21	46	46	46	46	71	
Общее количество часов:		144	180	216	312	312	468	624	728	832	936	936	936	936	

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
РАБОТЫ ОТДЕЛЕНИЯ ШАХМАТЫ
МБОУДОД «КРАСНОГВАРДЕЙСКАЯ СШ им. И.В. СТАЦЕНКО» НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Содержание занятий	Группы											Спортивного совершенство вания				
		(СОГ)	Начальной подготовки					Учебно-тренировочные									
			I	II	III	I	II	III	IV	V	Весь период						
		I	II	III	I	II	III	I	II	III	IV	V					
1.	Теоретическая подготовка	10	15	15	27	25	25	25	25	37	37	37					-
2.	Общая физическая подготовка	64	209	209	209	243	243	243	243	243	243	176					-
3.	Специальная физическая подготовка	31	85	85	115	140	140	140	140	194	180						-
4.	Техническая и тактическая подготовка	31	97	97	125	170	170	170	170	180	341						-
5.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	6	6	6	6	6	6	18						-
6.	Тренерская и судейская практика	-	-	-	6	6	6	6	6	6	18						-
7.	Медицинский контроль	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4						-
8.	Контрольные нормативы; приемные и переводные испытания	4	6	6	10	12	12	12	12	12	12						-
9.	Участие в соревнованиях	-	-	-	18	18	18	18	18	46	46						-
Общее количество часов:		144	312	416	520	624	624	624	624	728	832						-

Грнумеровано, прошнуровано и
скреплено печатью
в [Имя учреждения] страннц.
Директор А.Г. Голубев



[Handwritten signature]

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022051

Владелец Гольберг Алексей Генрихович

Действителен с 13.04.2023 по 12.04.2024