

Утверждён
Приказом МБУДО ДЮСШ
от _____ 2020



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа»
станции Новопокровской муниципального образования Новопокровский район на 2020-2021 учебный год

ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО ВИДАМ СПОРТА

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки			Тренировочный этап				
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год
Общее количество часов		1764	1008	1344	2730	1428	1428	504	0
Количество групп		7	3	4	6	3	2	1	0
Распределение общего количества часов по видам подготовки									
1.	Футбол	252	294	294	378	378	504	504	504
	ОФП	50	57	57	64	64	76	76	76
	СФП	39	45	45	57	57	50	50	50
	Техническая, ТТ подготовка	118	142	142	189	189	277	277	277
	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	25	26	26	38	38	51	51	51
	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	20	24	24	30	30	50	50	50
2	ТХЭКВОНДО	252	252	-	420	420	756	756	756
	Теоретическая подготовка	10	10	-	18	18	34	34	34
	Общая физическая подготовка	123	100	-	126	126	220	220	220
	СФП	44	67	-	112	112	210	210	210
	Технико-тактическая подготовка	65	65	-	140	140	256	256	256
	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	10	10	20	20	20
	Приёмные и переводные нормативы	10	10	-	14	14	16	16	16
3	Лёгкая атлетика	252	252	252	378	378	672	672	672
	теория и методика физической культуры и спорта	13	13	17	30	34	47	40	34
	Общая физическая подготовка	50	44	35	50	50	98	100	100
	СФП	30	30	30	67	64	100	100	100
	Избранный вид спорта	80	80	80	93	110	265	224	211
		30	32	33	60	40	64	99	102
	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	2	4	6	6	6
	Восстановительные мероприятия	2	2	2	4	4	6	6	6

	и мед. обслуживание								
	Участие в соревнованиях	12	16	20	28	32	36	38	40
	Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	10	19	33
	Другие виды спорта и подвижные игры	31	31	31	38	34	34	34	34
	Итоговая и промежуточная аттестация	4	4	4	6	6	6	6	6
4	Волейбол	252	336	336	420	504	588	672	756
	Теория и методика ФКиС	15	18	18	20	21	23	25	25
	Общая физическая подготовка	50	67	67	76	91	100	120	136
	СФП	47	67	67	84	101	112	134	151
	Избранный вид спорта	124	158	158	198	249	293	320	356
	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	10	15	25
	Контрольные испытания	4	6	6	8	8	8	8	8
	соревнования	12	20	20	34	34	42	50	55
5	Настольный теннис	252	378	-	504	504	672	672	672
	Теория и методика ф.к.	35	53	-	66	66	67	67	67
	ОФП, СФП	76	113	-	126	126	148	148	148
	Избранный вид спорта	113	170	-	252	252	370	370	370
	Развитие творческого мышления	25	37	-	50	50	67	67	67
	Самостоятельная работа	3	5	-	10	10	20	20	20
6	Спортивная борьба	252	378	378	504	504	756	756	-
	Теория и методика ФКиС	25	34	34	50	50	76	76	-
	Общая физическая подготовка	50	77	77	101	101	151	151	-
	Избранный вид спорта	114	171	171	227	227	340	340	-
	Технико-тактическая подготовка	38	62	62	76	76	113	113	-
	Другие виды спорта	25	34	34	50	50	76	76	-
7	Рукопашный бой	252	252	252					
	Теория и методика ФКиС	10	10	10					
	Общая физическая подготовка	100	70	60					
	СФП	85	90	90					
	Технико-тактическая подготовка	53	78	86					
	Приёмные и переводные нормативы	4	4	6					

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ

Отделение	Наименование группы	Количество групп	Количество учащихся во всех группах	Количество часов в одной группе в неделю	Количество учебных недель	Количество часов в одной группе в год	Количество часов во всех группах в год
Спортивная борьба	СО	4	50	6	42	252	1008
Спортивная борьба	СО	1	16	2	42	84	84
Рукопашный бой	СО	2	59	6	42	252	504
Волейбол	СО	4	72	6	42	252	1008
Волейбол (совместители)	СО	6	140	6	36	216	1296
Волейбол	СО	1	26	2	42	84	84
ОФП (совместители)	СО	1	23	2	36	72	72
Футбол (совместители)	СО	3	88	6	36	216	648
Футбол	СО	1	18	2	42	84	84
Футбол (совместители)	СО	1	30	2	36	72	72
Футбол	СО	2	35	6	42	252	504
Настольный теннис	СО	2	47	6	42	252	504
Лёгкая атлетика	СО	1	16	6	42	252	252
Лёгкая атлетика (барьерный бег)	СО	1	19	2	42	84	84
Тхэквондо	СО	1	20	6	42	252	252
Тхэквондо	СО	1	23	6	36	216	216
Итого		32	682				6672

Пояснительная записка

Учебный план МБУДО ДЮСШ разработан в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации от 04.12.2007г. № 329-ФЗ;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, утвержденного Постановлением федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека № 41 от 4 июля 2014 г. (СанПин 2.4.4.3172-14);
- Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта баскетбол, утвержденный приказом Министерства спорта России от 10.06.2013 № 28777;

Цель учебного плана – содействие реализации образовательных программ.

Общее количество групп, часов, обучающихся
на 2020 – 2021 учебный год

Наименование группы	Количество групп	Количество часов в неделю	Количество человек
СОГ	33	162	743
НП-1	7	42	100
НП-2	3	24	42
НП 3	4	32	54
Т-1	6	65	75
Т-2	3	34	31
Т-3	2	34	18
Т-4	1	12	14
Т-5	0	0	0
Итого:	57	248	1077

Учебный год в МБДО ДЮСШ начинается 1 сентября.

МБУДО ДЮСШ реализует следующие виды программ:

- Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы по направлениям «Волейбол» и «Футбол», «Настольный теннис». «Тхэквондо», «Греко-римская борьба», «Барьерный бег», «Рукопашный бой», «Лёгкая атлетика», «Вольная борьба» (срок обучения 38, 42 недели в год);

- Предпрофессиональные программы , разработанные на основании ФГТ по видам спорта – волейбол, спортивная борьба, футбол, настольный теннис, лёгкая атлетика, тхэквондо, рукопашный бой (срок обучения – 42 недели).

Тренировочные занятия с обучающимися (занимающимися) в возрасте до 16 лет проводятся до 20.00 часов, в возрасте от 16 лет занятия проводятся до 21.00 часов. Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные.

Продолжительность одного тренировочного занятия в день:

1. На спортивно-оздоровительном этапе – до 2 академических часов;
 2. На этапе начальной подготовки и тренировочном этапе – до 3 академических часов;.
- 1 академический час составляет 45 минут.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО ВИДАМ СПОРТА

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки			Тренировочный этап				
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год
Общее количество часов		1764	1008	1344	2730	1428	1428	504	0
Количество групп		7	3	4	6	3	2	1	0
Распределение общего количества часов по видам подготовки									
1.	Футбол	252	294	294	378	378	504	504	504
	ОФП	50	57	57	64	64	76	76	76
	СФП	39	45	45	57	57	50	50	50
	Техническая, ТТ подготовка	118	142	142	189	189	277	277	277
	Тактическая, теоритическая, психологическая подготовка	25	26	26	38	38	51	51	51
	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	20	24	24	30	30	50	50	50
2	ТХЭКВОНДО	252	252	-	420	420	756	756	756
	Теоретическая подготовка	10	10	-	18	18	34	34	34
	Общая физическая подготовка	123	100	-	126	126	220	220	220
	Специальная физическая подготовка	44	67	-	112	112	210	210	210
	Технико-тактическая подготовка	65	65	-	140	140	256	256	256
	Инструкторская и	-	-	-	10	10	20	20	20

	судейская практика								
	Приёмные и переводные нормативы	10	10	-	14	14	16	16	16
3	Лёгкая атлетика	252	252	252	378	378	672	672	672
	теория и методика физической культуры и спорта	13	13	17	30	34	47	40	34
	Общая физическая подготовка	50	44	35	50	50	98	100	100
	Специальная физическая подготовка	30	30	30	67	64	100	100	100
	Избранный вид спорта	80	80	80	93	110	265	224	211
	30	30	32	33	60	40	64	99	102
	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	2	4	6	6	6
	Восстановительные мероприятия и ме. обслуживание	2	2	2	4	4	6	6	6
	Участие в соревнованиях	12	16	20	28	32	36	38	40
	Самостоятельная работа	-	-	-	-	-	10	19	33
	Другие виды спорта и подвижные игры	31	31	31	38	34	34	34	34
	Итоговая и промежуточная аттестация	4	4	4	6	6	6	6	6
4	Волейбол	252	336	336	420	504	588	672	756
	Теория и методика ФКи С	15	18	18	20	21	23	25	25
	Общая физическая подготовка	50	67	67	76	91	100	120	136
	Специальная физическая подготовка	47	67	67	84	101	112	134	151
	Избранный вид спорта	124	158	158	198	249	293	320	356
	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	10	15	25
	Контрольные испытания	4	6	6	8	8	8	8	8
	соревнования	12	20	20	34	34	42	50	55
5	Настольный теннис	252	378	-	504	504	672	672	672
	Теория и методика ф.к.	35	53	-	66	66	67	67	67
	Общая и специальная физическая подготовка	76	113	-	126	126	148	148	148
	Избранный вид спорта	113	170	-	252	252	370	370	370
	Развитие творческого мышления	25	37	-	50	50	67	67	67
	Самостоятельная работа	3	5	-	10	10	20	20	20
6	Спортивная борьба	252	378	378	504	504	756	756	-

	Теория и методика ФКиС	25	34	34	50	50	76	76	-
	Общая физическая подготовка	50	77	77	101	101	151	151	-
	Избранный вид спорта	114	171	171	227	227	340	340	-
	Технико-тактическая подготовка	38	62	62	76	76	113	113	-
	Другие виды спорта	25	34	34	50	50	76	76	-
7	Рукопашный бой	252	252	252					
	Теория и методика ФКиС	10	10	10					
	Общая физическая подготовка	100	70	60					
	СФП	85	90	90					
	Технико-тактическая подготовка	53	78	86					
	Приёмные и переводные нормативы	4	4	6					

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ

Отделение	Наименование группы	Количество групп	Количество учащихся во всех группах	Количество часов в одной группе в неделю	Количество учебных недель	Количество часов в одной группе в год	Количество часов во всех группах в год
Спортивная борьба	СО	4	50	6	42	252	1008
Спортивная борьба	СО	1	16	2	42	84	84
Рукопашный бой	СО	2	59	6	42	252	504
Волейбол	СО	4	72	6	42	252	1008
Волейбол (совместители)	СО	6	140	6	36	216	1296
Волейбол	СО	1	26	2	42	84	84
Волейбол (совместители)	СО	1	23	2	36	72	72
Футбол (совместители)	СО	3	88	6	36	216	648
Футбол	СО	1	18	2	42	84	84
Футбол (совместители)	СО	1	30	2	36	72	72
Футбол	СО	2	35	6	42	252	504
Настольный теннис	СО	2	47	6	42	252	504
Лёгкая атлетика	СО	1	16	6	42	252	252
Лёгкая атлетика (барьерный бег)	СО	1	19	2	42	84	84
Тхэквондо	СО	1	20	6	42	252	252
Тхэквондо	СО	1	23	6	36	216	216
Итого		32	682				6672