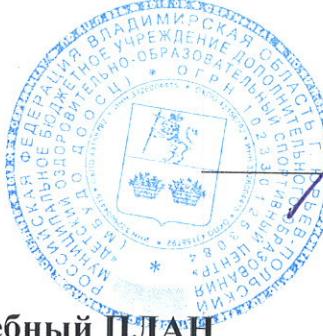


Рассмотрен на заседании  
Совета педагогов МБУДО ДООСЦ  
Протокол №2 от 11.07.2025



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУДО ДООСЦ  
С.А.Стукалов  
«11» июля 2025 года

## Учебный ПЛАН

### Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования "Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр" на 2025-2026 учебный год

#### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр» - учреждение дополнительного образования, осуществляющее и учебно-воспитательный процесс, и способствующее полноценному использованию свободного времени детей и подростков во внеурочное время.

МБУДО «Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр» осуществляет образовательную деятельность в соответствии с лицензией (бессрочной) № 3754 от 04.09.2015 года.

Учебный план ДООСЦ составлен в соответствии с:

- ФЗ № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»,
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»,
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (ФГОСООО),
- Примерные требования к программам дополнительного образования детей в приложении к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844,
- Письмо Министерства образования и науки РФ N 09-3242 от 18 ноября 2015 г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»,
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения»,
- Устав МБУДО ДООСЦ.

и на основании материалов анализа реализации учебного плана за предыдущий период.

В своей работе педагогический коллектив ДООСЦ реализует принципы государственной политики в области образования по следующим направлениям:

- создание условий для развития личности,
- соблюдение безопасных условий организации занятий в детских объединениях,
- формирование и развитие универсальных учебных действий у детей и подростков.

В детские объединения ДООСЦ принимаются все желающие без предварительного отбора, по заявлению родителей и при наличии заключения врача о допуске к занятиям выбранным видом спорта. При планировании и проведении занятий педагоги учитывают особенности развития обучающихся.

Цель деятельности МБУДО «Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр» – дополнительное образование детей и подростков (далее по тексту – обучающиеся) по дополнительным общеразвивающим программам и оказание образовательных услуг в интересах личности, общества, государства. Учебный план направлен на достижение цели учреждения и учитывает спрос на дополнительные образовательные услуги. Его содержание определяется следующими факторами: наличием в учреждении кадровых и материально-технических ресурсов по каждой направленности и программе, недельной нагрузкой на учащихся по конкретной программе дополнительного образования, количеством детей, желающих заниматься в конкретных детских объединениях, числом групп по годам обучения у педагога.

При формировании учебного плана на 2025-2026 учебный год педагогический коллектив ДООСЦ ставит перед собой следующие задачи

1. Создать условия для получения обучающимися качественных дополнительных образовательных услуг.
2. Содействовать выбору индивидуального пути образования и развития обучающихся путем реализации разнообразных по уровню и содержанию дополнительных обще развивающих программ.
3. Обеспечить каждому ребенку эмоционально-привлекательный, содержательный досуг и развивающее дополнительное образование.

Учебный план определяет следующие нормативы:

- недельную нагрузку на группу учащихся,
- количество групп и занимающихся по программе,
- суммарную недельную и годовую нагрузку по реализации каждого направления.

При формировании учебного плана были учтены санитарно-гигиенические требования к учреждениям дополнительного образования, в частности, рекомендуемый режим занятий в объединениях, нормативы наполняемости групп на занятиях. Так возраст детей, участвующих в реализации программ дополнительного образования, разный: это обучающиеся дошкольных и общеобразовательных организаций в возрасте 5-18 лет. Распределение часов в детских объединениях дополнительного образования зависит от направления и вида спорта и составляет один - пять раз в неделю. Режим занятий обусловлен спецификой дополнительного образования: занятия проводятся во второй половине дня после окончания предметов учебного цикла в школе, для дошкольников – в первой половине до сна.

Занятия детей в ДООСЦ проводятся в любой день недели, включая воскресные дни и каникулярное время. Занятия в ДООСЦ начинаются не ранее 8.00 ч, а заканчиваются не позднее 21.00 часа. Расписание занятий в ДООСЦ составляется с учетом того, что они (занятия) являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в школе. Между занятиями в общеобразовательном учреждении и посещением ДООСЦ предусмотрен перерыв для отдыха не менее часа. Обучающимся рекомендуется посещение занятий не более чем в 2 объединениях.

В 2025-2026 учебном году учебный план Центра включает дополнительные общеразвивающие программы по трем направлениям, рассчитанных от 1-го до 10-ти лет обучения в зависимости от направления и вида спорта:

1. Физкультурно-спортивное направление – ФСН (до 1-го года).
2. Общей физической подготовки – ОФП (до 3-х лет).
3. Специальной физической подготовки – СФП (до 10-ти лет).

1. ***Физкультурно-спортивное направление.*** Это основной этап, на котором закладывается развитие общей физической подготовки обучающихся наряду с основами техники в избранном виде спорта, также уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

На данном этапе дети могут находиться для поддержания здоровья до 1 года.

Главная задача - формирование у детей и подростков устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, навыков здорового образа жизни.

2. ***Общая физическая подготовка.*** На этом этапе обучения на первое место выходит гармоническое развитие, разносторонняя физическая подготовленность обучающихся, а также выявляется уровень потенциальных возможностей обучающихся для избрания вида спорта. Происходит постепенное повышение тренировочных и соревновательных нагрузок, в следствии чего наблюдается динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся и уровня освоения основ техники в избранном виде спорта.

Главная задача - формирование базовой технической и физической подготовки, воспитание морально-волевых и соревновательных качеств.

Завершив 3х-летнее обучение на этапе общей физической подготовки, ребенок может продолжить обучение по данному профилю на следующем этапе в группах специальной физической подготовки или выбрать другое направление деятельности. Во время обучения на этом этапе, занимающиеся могут выполнить и получить спортивные разряды.

3. ***Специальная физическая подготовка.*** В группах специальной физической подготовки задачи работы подчинены многолетней подготовке юных спортсменов. Конкретные задачи этого этапа следующие:

- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся, содействие правильному физическому развитию, повышение уровня разносторонней физической подготовленности;
- развитие специальных физических качеств и способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики;
- прочное овладение основами техники и тактики баскетбола;
- приучение к соревновательным условиям;
- определение каждому учащемуся игровой функции в команде.

Основная тенденция данного направления – обучающая, которая заключается в стремлении создать предпосылки для успешного обучения юных спортсменов широкому технико-тактическому арсеналу, достижения высоко уровня специальной физической подготовленности на последующих этапах многолетнего тренировочного процесса.

В связи с этим, основной показатель работы групп специальной физической подготовки - выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженное в количественных и качественных показателях всех видов подготовки.

Программы модифицированные, разработаны в соответствии в соответствии с положениями, статьями и пунктами ФЗ, постановлений Правительства РФ, Концепции развития ДО, приказов, писем Минобразования и науки РФ и РБ, муниципальных органов управления образования о работе учреждений дополнительного образования, Устава и локальных актов учреждения; адаптированы к условиям МБУДО ДООСЦ и приняты Советом педагогов ДООСЦ (протокол №3 от 30.06.2025 г.)

Основной формой реализации дополнительных образовательных программ является учебное занятие. Главные требования к учебному занятию:

- обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с учетом их здоровья, физического развития, пола и двигательной подготовленности;
- достижение высокой моторной плотности, динамичности, эмоциональности, образовательной и инструктивной направленности;
- формирование у занимающихся навыков и умений самостоятельных занятий физической культурой.

В 2025-2026 учебном году ДООСЦ решает стоящие перед ним задачи через реализацию дополнительных образовательных программ:

- самбо;
- дзюдо;
- баскетбол;
- футбол;
- волейбол;
- плавание;
- атлетическая гимнастика;
- общая физическая подготовка;
- физкультурно-спортивное направление;

Использует следующие формы для реализации дополнительных образовательных программ:

- учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- учебные игры;
- соревнования;
- учебно-тренировочные сборы;
- лагерь с дневным пребыванием детей;
- выездной профильный лагеря.
- тесты и контрольные испытания;
- консультации;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия.

**Учебный ПЛАН**  
**МБУДО "Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр"**  
на 2025-2026 учебный год

Наимено- вание дисциплины	Педагог	Количество учебных групп										Количество учащихся										
		Год обучения										Год обучения										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	Итог	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Итог	
Самбо	Сенюков Ю.А.		1	1		1			1		4			15	15		15		15		60	
Дзюдо	Фролова О.С.	1			1			1			3	15			12			12			39	
Баскетбол	Жданова Л.В.	1			1			1		1	4	15			15			15		15	60	
Плавание	Коблова Н.А.	1		1		1				1	4	15	15	15		13			12	70		
	Галкина В.А.	1		1		2					4	15		15		24				54		
	Савельев В.В.				1						1				15					15		
Футбол	Белоус Е.Н.			1			1	1		3			15			15		15		45		
	Кузнецов С.В.					1					1				15					15		
Волейбол	Михеев М.С.				1						1				12					12		
	Кохов А.В.		2								2	30									30	
	Ледышев К.С.		1								1	15									15	
ОФП	Шпекина Е.Н.	1	2								3	15	30								45	
ФСН	Фролова О.С.	2									2	30									30	
	Шпекина Е.Н.	3									3	45									45	
	Галкина В.А.	1									1	15									15	
<b>ИТОГО</b>			<b>11</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>37</b>	<b>165</b>	<b>105</b>	<b>60</b>	<b>54</b>	<b>67</b>	<b>15</b>	<b>27</b>	<b>30</b>	<b>27</b>	<b>550</b>

Наимено- вание дисциплины	Педагог	Количество учебных часов в неделю										Количество учебных часов в год	
		Год обучения											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	Итог		
Самбо	Сенюков Ю.А.		6	3		12		15			36	1584	
Дзюдо	Фролова О.С.	6			9		12			27	1080		
Баскетбол	Жданова Л.В.	4			6		9		12	31	1240		
Плавание	Коблова Н.А.	6	6		7				12	31	1240		
	Галкина В.А.	2		6		18				26	1040		
	Савельев В.В.				6					6	216		
Футбол	Белоус Е.Н.			6			9	9		24	1056		
	Кузнецов С.В.					6				6	264		
Волейбол	Михеев М.С.				4					4	144		
	Кохов А.В.		8							8	288		
	Ледышев К.С.		4							4	144		
ОФП	Шпекина Е.Н.	6	12							18	720		
ФСН	Фролова О.С.	6								6	240		
	Шпекина Е.Н.	9								9	360		
	Галкина В.А.	3								3	120		
<b>ИТОГО</b>		<b>42</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	<b>25</b>	<b>43</b>	<b>9</b>	<b>36</b>	<b>9</b>	<b>24</b>	<b>239</b>	<b>9736</b>	