

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОЯРУЖСКАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»**

ПРИНЯТО:
На заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «01» сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Приказ № 138 от «01» сентября 2023 г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КРАСНОЯРУЖСКАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ
ШКОЛА»
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

п. Красная Яруга – 2023 г.

Пояснительная записка.

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

Федерального уровня:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. Санитарные правила СП 2.4.3648 – 20, утвержденные Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 28.09.2020 г., постановлением № 28, зарегистрированным в Министерстве Юстиции РФ 18.12.2020 г., регистрационный номер 61573;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27.07.2022 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- методические рекомендации МР 3.1/2.4.0178/1-20 «Рекомендации по организации работы образовательных организаций в условиях сохранения рисков распространения COVID-19».

Регионального уровня:

- Методические рекомендации по делопроизводству и организации учебно-тренировочного процесса (БелИРО);

Уровня учреждения:

- Устав МБУДО «Красноярская ДЮСШ»;
- Образовательная программа МБУДО «Красноярская ДЮСШ»;
- Образовательные программы тренеров-преподавателей МБУДО «Красноярская ДЮСШ»;

Характеристика образовательного процесса.

Цели и задачи:

Основной целью учебного плана является содействие реализации образовательной программы МБУДО «Красноярская ДЮСШ».

В 2023-2024 учебном году учебный план включает в себя один этап, а именно спортивно оздоровительный (СО), в учреждении в данном учебном году реализуются только дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы.

Этап начальной подготовки (НП), учебно-тренировочный (УТ) этап и другие в данном учебном году не представлен.

Задачи на спортивно-оздоровительном этапе подготовки:

- укрепление здоровья и закаливание обучающихся;
- обучение основам техники и тактики в избранных видах спорта;
- формирование широкого круга двигательных навыков;
- развитие физических качеств;
- формирование устойчивого интереса и мотивации к занятиям;
- формирование осознанной потребности в здоровом образе жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- сохранность контингента обучающихся для формирования групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп.

Для достижения поставленных целей и задач МБУДО «Краснояржская ДЮСШ» осуществляет свою деятельность в следующих направлениях:

- реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программы по таким видам спорта как футбол, дзюдо, волейбол, плавание и лыжные гонки;
- организация участия обучающихся в соревнованиях, первенствах и турнирах различного уровня.

Количество групп и обучающихся в МБУДО «Краснояржская ДЮСШ» в 2023-2024 учебном году.

Вид спорта	Группы			Количество обучающихся			Всего	
	СО	НП	УТ	СО	НП	УТ	Групп	Обучающихся
Волейбол	6	-	-	120	-	-	6	120
Дзюдо	1	-	-	20	-	-	1	20
Лыжные гонки	1	-	-	20	-	-	1	20
Полиатлон	1	-	-	20	-	-	1	20
Плавание	6	-	-	86	-	-	6	86
Футбол	7	-	-	140	-	-	7	140
ВСЕГО:	22	-	-	406	-	-	22	406

МБУДО «Краснояржская ДЮСШ» организует работу с детьми в течение всего календарного года.

Учебный год в МБУДО «Краснояржская ДЮСШ» начинается с 1 сентября, заканчивается 31 августа. Тренировочные занятия проводятся в соответствии с учебным планом образовательных программ, рассчитанным на 42 недели учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях спортивной школы и/или с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Учебно-тренировочные занятия проводятся с 8.00 до 20.00 (для обучающихся в возрасте от 16 лет – до 21.00) (либо до 18.00 – в случае реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий) в соответствии с утвержденным расписанием.

Занятия могут проводиться ежедневно, с понедельника по воскресенье, включая выходные дни, в том числе с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия на спортивно-оздоровительном этапе по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта составляет 45 минут (1 академический час), либо - 2 по 45 мин. (2 академических часа).

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий продолжительность занятий составляет – 2 занятия по 30 минут (2 академических часа), либо 1 занятие 30 минут (1 академический час), с периодичностью 1-3 раза в неделю.

**Распределение нагрузки на этапах подготовки в
МБУДО «Краснояржская ДЮСШ» в 2023-2024 учебном году.**

	Спортивно-оздоровительный этап							
	Футбол (5-17 лет)	Футбол (8-17 лет)	Полиатлон	Дзюдо	Волейбол	Плавание (5-13 лет)	Плавание (8-17 лет)	Лыжные гонки
Год обучения	Весь период							
Количество часов в неделю	6	6	6	6	6	3	6	6
Количество часов в год	252	252	252	252	252	126	252	252
Количество тренировок в неделю	3	3	3	3	3	3	3	3

Аттестация обучающихся.

Промежуточная аттестация проводится два раза в год (в конце первого полугодия - с 1 по 30 декабря и в конце второго полугодия - с 1 по 30 июня) в форме тестирования по контрольным нормативам по видам спорта в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой тренера-преподавателя.

При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий промежуточная аттестация проводится в форме теоретического тестирования, анкетирования, в соответствии с дополнительной общеобразовательной программой.

Сроки проведения аттестации учащихся определяются приказом директора.

**Учебный план МБУДО «Красноярская ДЮСШ» на 2023-2024 учебный год
по состоянию на 01.09.2023 г.**

Вид спорта	Тренер-преподаватель	Кол-во групп	Этап подготовки / год обучения	Объединение	Кол-во учащихся	Кол-во часов		Дополнительная общеобразовательная программа, срок реализации.	Форма аттестации
						В неделю	Итого		
Волейбол	Мишеев Александр Алексеевич	3	СО-3	Старшая	20	6	18	Общеразвивающая программа «Волейбол», 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
			СО-3	Средняя	20	6			
			СО-1	Младшая	20	6			
	Акульшин Александр Александрович	3	СО-2	Старшие девочки	20	6	18	Общеразвивающая программа «Волейбол», 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
			СО-2	Младшие девочки	20	6			
			СО-2	Смешанная	20	6			
Дзюдо	Шахов Камил Сулейманович	1	СО-2	Дзюдо	20	6	6	Общеразвивающая программа «Дзюдо», 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
Лыжные гонки	Дьяков Игорь Александрович	1	СО-2	Лыжные гонки	20	6	6	Общеобразовательная программа «Лыжные гонки», 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
Полиатлон	Ковалев Василий Павлович	1	СО-2	Полиатлон	20	6	6	Общеразвивающая программа «Полиатлон», 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
Плавание	Шиянов Дмитрий Валерьевич	3	СО-1	1 старшая	20	6	12	Общеразвивающая программа «Плавание» (8-17 лет), 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
			СО-3	1 младшая	10	3		Общеразвивающая программа «Плавание» (5-13 лет), 4 года	
			СО-3	2 младшая	10	3			
			СО-3	Младшая	16	3			
	Марченко Павел Григорьевич	2	СО-3	Старшая	10	3	6	Общеразвивающая программа «Плавание» (5-13 лет), 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)

									дистанционных технологий)
	Ковалев Василий Павлович	1	СО-1	Плавание	20	6	6	Общеразвивающая программа «Плавание» (8-17 лет), 4 года	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
Футбол	Дыркой Алексей Владимирович	4	СО-4	2011-2012 г.р.	20	6	24	Общеразвивающая программа «Футбол» (8-17 лет), 10 лет	Тестирование по контрольным нормативам (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
			СО-2	2012-2014 г.р.	20	6			
			СО-1	2013-2016 г.р.	20	6			
			СО-1	2015-2017 г.р.	20	6			
	Марченко Павел Григорьевич	1	СО-4	2007-09 г.р.	20	6	6	Общеразвивающая программа «Футбол» (8-17 лет), 10 лет	
	Рудыкин Анатолий Иванович	2	СО-4	Старшие девочки	20	6	12	Общеразвивающая программа «Футбол» (8-17 лет), 10 лет	
СО-5			Младшие девочки	20	6				
ИТОГО		22		-	406	120	120	-	-

**Содержание учебного плана МБУДО «Краснояржская ДЮСШ»
на 2023-2024 учебный год.**

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Волейбол» (42 недели).

№ п/п	Наименование раздела	Этап подготовки. Количество часов.			Формы аттестации и контроля
		СО- 1	СО- 2	СО- 3	
1	Специальная физическая подготовка	70	80	85	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
2	Общая физическая подготовка Легкоатлетические упражнения Подвижные игры и эстафеты Общеразвивающие упражнения и комплексы упражнений на развитие основных физических качеств Разновидности бега, ходьбы и прыжков. Строевые упражнения	45	40	30	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
3	Технико-тактическая подготовка Стойки и перемещения, передачи мяча Прием мяча Подача мяча Техника нападения Техника защиты Тактические действия игроков на площадке Командные действия Индивидуальные действия	90	94	100	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
4	Теоретическая подготовка Гигиена, предупреждения травм, самоконтроль Инструктаж по ТБ Правила игры	20	13	10	Устный опрос
5	Контрольные игры и соревнования	15	15	15	-
6	Контрольные испытания	4	4	4	-

7	Воспитательная работа	8	6	8	-
	ИТОГО	252	252	252	

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Дзюдо» (42 недели).

№ п/п	Наименование раздела	Этап подготовки. Количество часов.	Формы аттестации и контроля
		СО-2	
1	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях борьбой.	1	Устный опрос
2	Возникновение и развитие борьбы дзюдо в Японии и в России.	1	Устный опрос
3	Влияние занятий борьбой на строение и функции организма спортсмена.	1	Устный опрос
4	Гигиена, закаливание, питание и режим борца.	1	Устный опрос
5	Врачебный контроль, самоконтроль, спортивный массаж.	1	Устный опрос
6	Основы техники и тактики борьбы.	1	Устный опрос, учебные схватки (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
7	Воспитательная работа. Моральная и специальная психическая подготовка.	4	Наблюдение
8	Правила соревнований, их организация и проведение.	1	Устный опрос
9	Оборудование и инвентарь.	1	Устный опрос
10	Терминология и этикет борьбы дзюдо.	1	Устный опрос, учебные схватки (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
11	Общая физическая подготовка.	48	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий), учебные схватки
12	Специальная физическая подготовка.	52	Учебные схватки (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при

			применении электронного обучения и дистанционных технологий)
13	Изучение и совершенствование техники и тактики борьбы.	120	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий), учебные схватки
14	Участие в соревнованиях.	15	-
15	Переводные испытания, выполнение контрольных нормативов.	4	-
	Итого:	252	-

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Плавание» (5-13 лет) (42 недели).

№ п/п	Наименование раздела	Этап подготовки.	Формы аттестации и контроля
		Количество часов.	
		СО-3	
1	Правила поведения в бассейне. Меры безопасности.	1	Устный опрос
2	Гигиена физических упражнений и профилактика заболеваний	1	Устный опрос
3	Влияние физических упражнений на организм человека	1	Устный опрос
4	Воспитательная работа	1	-
5	Основы техники плавания	1	Устный опрос
6	ОФП (на суше и в воде)	70	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
7	СФП и СТП (на суше и в воде)	51	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)

	Общее количество часов	126	
--	-------------------------------	-----	--

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Футбол» (5-17 лет) (42 недели).

№ п/п	Наименование раздела	Этап подгото вки. Количе ство часов.	Формы аттестации и контроля
		СО-1	
1	Физическая культура и спорт в России	1	Устный опрос
2	Развитие футбола в России	2	Устный опрос
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание	1	Устный опрос
4	Врачебный контроль и воспитательная работа	6	-
5	Правила игры в футбол	4	Устный опрос, учебные игры
6	Место занятий и оборудование	2	Устный опрос
7	Общая и специальная физическая подготовка	88	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий), учебные игры
8	Техника игры в футбол	80	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий), учебные игры
9	Тактика игры в футбол	42	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий), учебные игры
10	Соревнования по футболу	18	-
11	Выполнение норм комплекса ГТО	4	-
12	Выполнение контрольных упражнений по физической	4	-

	подготовке и технике игры		
	Итого	252	-

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Футбол» (8-17 лет) (42 недели).

№ п/п	Наименование раздела	Этап подготовки. Количество часов.			Формы аттестации и контроля
		СО-2	СО-4	СО-5	
1	Физическая культура и спорт в России	1	1	1	Устный опрос
2	Развитие футбола в России	2	1	1	Устный опрос
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание	1	1	1	Устный опрос
4	Врачебный контроль и воспитательная работа	6	6	6	-
5	Правила игры в футбол	4	3	3	Устный опрос, учебные игры
6	Место занятий и оборудование	2	1	1	Устный опрос
7	Общая и специальная физическая подготовка	88	89	89	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий), учебные игры
8	Техника игры в футбол	80	81	81	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий), учебные игры
9	Тактика игры в футбол	42	43	43	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных

					технологий), учебные игры
10	Соревнования по футболу	18	18	18	-
11	Выполнение норм комплекса ГТО	4	4	4	-
12	Выполнение контрольных упражнений по физической подготовке и технике игры	4	4	4	-
	Итого	252	252	252	-

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Лыжные гонки» (42 недели).

№ п/п	Наименование раздела	Этап подготовки.	Формы аттестации и контроля
		Количество часов СО-2	
1	Физическая культура и спорт в России	1	Устный опрос
2	Всероссийский физкультурный комплекс ГТО	1	Устный опрос
3	История развития лыжных гонок	1	Устный опрос
4	История развития лыжных гонок в России	3	Устный опрос
5	Строение и функции организма человека	3	Устный опрос
6	Гигиена, самоконтроль, техника безопасности	2	Устный опрос
7	Правила соревнований по лыжным гонкам	2	Устный опрос
8	Общая и специальная физическая подготовка	100	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
9	Основы техники и тактики лыжных гонок	99	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)

			технологий)
10	Контрольные старты и соревнования	25	-
11	Контрольные испытания	10	-
12	Воспитательные работа	5	-
	ИТОГО	252	

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Полиатлон» (42 недели).

№ п/п	Наименование тем	Этап подготовк и. Количес во часов.	Формы аттестации и контроля
		СО-2	
1.	Физкультурно-спортивное многоборье. Полиатлон	1	Устный опрос
2.	Техника безопасности при занятиях полиатлоном	2	Устный опрос
3.	Гигиена тренировочных занятий, закаливание, режим питания, отдыха. Врачебный контроль	4	Устный опрос
4.	Краткие сведения о строении и функциях организма	2	Устный опрос
5.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	1	Устный опрос
6.	Техника плавания	4	Устный опрос
7.	Правила соревнований по полиатлону	2	Устный опрос
8.	Общая физическая подготовка	60	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
9.	Специальная физическая подготовка	89	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
10	Плавательная подготовка	16	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
11.	Беговая подготовка	25	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
12.	Стрелковая подготовка	26	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое

			тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
13.	Контрольные испытания	4	-
14.	Участие в соревнованиях	12	-
15	Воспитательная работа	4	Наблюдение
	ИТОГО	252	-

Годовой учебный план на 2023-2024 учебный год
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Плавание» (8-17 лет) (42 недели).

№ п/ п	Наименование раздела	Этап подготовки. Количество часов	Формы аттестации и контроля
		СО-1	
1	Правила поведения в бассейне. Меры безопасности.	2	Устный опрос
2	Гигиена физических упражнений и профилактика заболеваний	1	Устный опрос
3	Влияние физических упражнений на организм человека	1	Устный опрос
4	Воспитательная работа	1	-
5	Основы техники плавания	1	Устный опрос
6	ОФП (на суше и в воде)	146	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
7	СФП и СТП (на суше и в воде)	100	Тестирование по контрольным нормативам. (Теоретическое тестирование. Анкетирование – при применении электронного обучения и дистанционных технологий)
	Общее количество часов	252	

**Программно-методическое обеспечение учебного плана
МБУДО «Краснояржская ДЮСШ» на 2023-2024 учебный год.**

№ п/п	Наименование образовательной программы	ФИО разработчика	ФИО тренера-преподавателя, реализующего программу	Срок реализации	Вид спорта
1.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (5-17 лет)	Дырков А.В. Марченко П.Г. Рудыкин А.И.	Дырков А.В.	10 года	Футбол
2.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (8-17 лет)	Дырков А.В. Черни К.П. Марченко П.Г. Рудыкин А.И.	Дырков А.В. Рудыкин А.И. Марченко П.Г.	10 лет	Футбол
3.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Дзюдо»	Шахов К.С.	Шахов К.С.	4 года	Дзюдо
4.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол»	Акульшин А.А.	Мишеев А.А. Акульшин А.А.	4 года	Волейбол
5.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Полиатлон»	Ковалев В.П.	Ковалев В.П.	4 года	Полиатлон
6.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Плавание» (5-13 лет)	Шиянов Д.В.	Шиянов Д.В. Марченко П.Г.	4 года	Плавание
7.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Плавание» (8-17 лет)	Шиянов Д.В.	Ковалев В.П. Шиянов Д.В.	4 года	Плавание
8.	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лыжные гонки»	Дьяков И.А.	Дьяков И.А.	4 года	Лыжные гонки