

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУ ДО  
«ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР

---

А.Е. Тропин  
«01» 09 2018 г

# **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования «Детско-  
юношеская спортивная школа  
им. Б.В. Непомнящего» Гурьевского  
муниципального района**

**2018 – 2019 уч. год**

Пояснительная записка  
к учебному плану МБУ ДО «ДЮСШ им. Б.В. Непомнящего» ГМР  
на 2018-2019 учебный год

Учебный план учреждения разработан в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 года №273 –ФЗ (ред. От 31.12.2014, с изменением от 06.04.2015) «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным Законом от 04.12.2007 №329-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Приказом Министерства спорта России от 21.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 -41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 « Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (вместе с «СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 №33660).

- Приказом Минспорта РФ от 12.09.2013 года № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

- Приказом Минспорта Российской Федерации от 12.09.2013 года № 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

- Приказом Минспорта России от 30 октября 2015 г. N 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации».

- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «баскетбол», утвержденный приказом Минспорта России от 10.04.2013 г. № 114 (Зарегистрированный в Минюсте России 10.06.2013 №28777).

- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта горнолыжный спорт, утвержденный приказом Минспорта России от 19.01.2018 г. № 24.

- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта спорта киокусинкай, утвержденный приказом Минспорта России от 16.02.2015 г. № 138. (Зарегистрированный в Минюсте России 18 марта 2015 №36489).

- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки», утвержденный приказом Минспорта России от 19.01.2018 г. № 26 .

- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «спортивный туризм», утвержденный приказом Минспорта России от 12.04.2018 г. №345.

Предметом деятельности учреждения является реализация дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта.

Учебный план является неотъемлемой частью Программы и определяет содержание и организацию образовательного процесса в учреждении и определяет последовательность освоения содержания Программы по годам обучения, объем часов по каждой предметной области(максимальную нагрузку обучающихся).

Учебный план раскрывает последовательность и этапность образовательной деятельности в соответствии с возможностями и физиологическими особенностями обучающихся, с установленными сроками и этапами подготовки, формами организации учебно-тренировочного процесса от 5 до 18 лет.

Дополнительные общеобразовательные программы делятся на общеразвивающие (спортивно-оздоровительный этап) и предпрофессиональные (этап начальной подготовки, тренировочный и этап спортивного совершенствования мастерства) в соответствии с лицензией на осуществление образовательной деятельности. Программы, реализуемые в учреждении, определяют стратегическую направленность в развитии культивируемых видов спорта – по баскетболу, по горнолыжному спорту, по киокусинкай, по лыжным гонкам, по спортивному туризму. Программы являются документом, определяющим деятельность тренеров-преподавателей поэтапной подготовки спортсменов. В программах сформулированы цели и задачи каждого этапа подготовки, предусмотрены содержание, объемы тренировочных нагрузок. Программы определяют и регламентируют теоретическую, практическую и воспитательную деятельность тренеров-преподавателей в ходе учебно-тренировочного процесса.

Для реализации общеразвивающих программ учебный план разрабатывается и утверждается из расчета 46 недель в году с учебной нагрузкой 276 часов. Для реализации предпрофессиональных программ, учебный план разрабатывается и утверждается из расчета 46 недель согласно разработанным программам по видам спорта.

#### ПЕРЕЧЕНЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИХ ПРОГРАММ

Наименование программы	Автор программы	Год издания	Срок реализации	Кем утверждена	Рецензент
Лыжные гонки	Соколова Ю.Н. Стрелкова А.Е. Хасая Д.О. Бураков С.П.	2015	Весь период занятий	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Кабачкова А.В., к. биологических наук, доцент факультета физической культуры ТГУ
Горнолыжный спорт	Пяткина Ю.В. Уткина В.М. Горбунова Е.С.	2015	Весь период занятий	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе ДПО (ПК) ГМР»
Баскетбол	Паршукова О.Н. Кудинова О.В. Башорин Н.И. Житникович А.Н.	2015	Весь период занятий	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе ДПО (ПК) ГМР»
Киокусинкай	Малютин А.А. Дубасов Е.А.	2015	Весь период занятий	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе ДПО (ПК) ГМР»

Спортивный туризм	Паршукова О.Н. Стрелков А.Е. Полякова С.Г. Безматерных В.А.	2015	Весь период занятий	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе ДПО (ПК) ГМР»
-------------------	--	------	---------------------	---	---

### ПЕРЕЧЕНЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРОГРАММ

Наименование программы	Автор программы	Год издания	Срок реализации	Кем утверждена	Рецензент
Циклический, скоростно-силовой вид спорта «Лыжные гонки»	Паршукова О.Н. Алексеева Н.Г. Соколова Ю.Н..	2015	10 лет	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Кабачкова А.В., к. биологических наук, доцент факультета физической культуры ТГУ
Циклический, скоростно-силовой вид спорта «Горнолыжный спорт» «Лыжные гонки»	Безматерных В.А.  Паршукова О.Н. Пантюхин Ю.С. Тимошенко В.Г. Тропин А.Е.	2015	10 лет	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе ДПО (ПК) ГМР» Кабачкова А.В., к. биологических наук, доцент факультета физической культуры ТГУ
По командным игровым видам спорта «Баскетбол»	Паршукова О.Н. Демаков А.И. Алеханова О.В.	2015	10 лет	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе ДПО (ПК) ГМР»
По группе видов спорта спортивные единоборства «Киокусинкай »	Малютин А.А. Паршукова О.Н..	2015	10 лет	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе ДПО (ПК) ГМР»
Осуществляемые в природной среде «Спортивный туризм»	Паршукова О.Н. Стрелков А.Е. Полякова С.Г. Безматерных В.А. Ларина М.В.	2015	Весь период занятий	Педагогическим советом учреждения 28.08.2015г.	Пустовалова В.В., к.п.н., директор МАО ИМЦ г. Томска Прекина Е.Г., к.п.н. директор МБУ «ИМЦ в системе

Примечание;

Предпрофессиональная программа на этапе спортивного совершенствование мастерства реализуется по согласованию с Учредителем.

Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- ✓ Тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей обучающихся;
- ✓ Индивидуальные тренировочные занятия;
- ✓ Тренировочные сборы;
- ✓ Самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам;
- ✓ Промежуточная и итоговая аттестация

Учебно-тренировочные занятия – основной элемент образовательного процесса и строится на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода на основе знаний, способностей, потребностей и склонностей детей. Часовая нагрузка распределяется согласно учебным программам с учетом возраста и дифференцированного подхода к каждому обучающему. Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки обучающихся и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе -1- 2 часов;
- на этапе начальной подготовки - 2 часов;
- на тренировочном этапе - 3 часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства -4 часов.

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

### ОБЩИЙ РЕЖИМ РАБОТЫ УЧРЕЖДЕНИЯ

Продолжительность учебного года с 01 сентября по 31 августа. Образовательная деятельность осуществляется в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий с 8.00 до 21.00 (старше 16 лет).

### СПОРТИВНО - ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

#### ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Название программы	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе (чел.)	Максимальный режим учебно-тренировочной работы в неделю	Годовая нагрузка (час.)	Кол-во групп	Кол-во учебных часов, нагрузка %
Горнолыжный спорт	Весь период	15-20	3	276	19	57, 710,6
Баскетбол	Весь период	15	6	276	7	42,231
Киокусинкай	Весь период	15-20	3-6	276	2	9,77
Лыжные гонки	Весь период	15-20	6	276	3	18, 110
Спортивный туризм	Весь период	15	6	276	2	12,66

## ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

### «Лыжные гонки»

Название программы	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе (чел.)	Максимальный режим учебно-тренировочной работы в неделю (час.)	Годовая нагрузка (час.)	Кол-во групп	Кол-во учебных часов, нагрузка %
Начальная подготовка: до года свыше года	1 год	15-20	6	276	4	24,195
	1 - 2 года	15	9	414	2	18,120
Тренировочный этап: до 2 лет свыше 2 лет (углубленная специализация)	2года	10	12	552	1	12,60
	3 года	10	14,16	644,736	3	44,420

### «Горнолыжный спорт»

Название программы	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе (чел.)	Максимальный режим учебно-тренировочной работы в неделю (час.)	Годовая нагрузка (час.)	Кол-во групп	Кол-во учебных часов, нагрузка %
Начальная подготовка: до года свыше года	1 - 3 года	15	9	414	1	9,60

### «Киокусинкай»

Название программы	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе (чел.)	Максимальный режим учебно-тренировочной работы в неделю (час.)	Годовая нагрузка (час.)	Кол-во групп	Кол-во учебных часов, нагрузка %
Начальная подготовка: до года свыше года	1 год	15	6	276	3	18,135
	1 - 2 года	12-15	9	414	2	18,108
Тренировочный этап: до 2 лет (начальная специализация)	2года	12	12	552	1	12,60

### «Баскетбол»

Название программы	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе (чел.)	Максимальный режим учебно-тренировочной работы в неделю (час.)	Годовая нагрузка (час.)	Кол-во групп	Кол-во учебных часов, нагрузка %
Начальная подготовка: до года свыше года	1 год	15	6	276	1	6,45
	1 - 2 года	15	8	368	1	8,60

«Спортивный туризм»

Название программы	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе (чел.)	Максимальный режим учебно-тренировочной работы в неделю (час.)	Годовая нагрузка (час.)	Кол-во групп	Кол-во учебных часов, нагрузка %
Начальная подготовка: до года свыше года	1 год	15	6	276	2	12,90
	1 - 2 года	15	9	414	2	18,120
Тренировочный этап: до 2 лет (начальная специализация)	2 года	12	12	552	1	12,60

**ИТОГО:**

Виды спорта	СОГ			НП до 1года			НП свыше года			ТЭ до 2лет			ТЭ свыше 2 лет			ИТОГО			
	часов	человек	групп	часов	человек	групп	часов	человек	групп	часов	человек	групп	часов	человек	групп	часов	%	человек	групп
Лыжные гонки	18	50	3	24	65	4	18	30	2	12	10	1	44	30	3	116	846	185	13
Горнолыжный спорт	57	323	19	9	15	1										66	804,6	338	20
Киокусинкай	9	35	2	18	45	3	18	27	2	12	10	1	14	12	1	71	440	129	9
Баскетбол	42	105	7	6	15	1	8	15	1							56	336	135	9
Спортивный туризм	12	30	2	24	65	4	27	45	3	12	12	1				75	441	152	10
<b>ИТОГО</b>																384	2927,6	939	61

**Занятых часов-384 часа (21,3 ставки)**  
**Вакантных часов-201 час (11,2 ставки)**  
**Всего обучающихся- 939 человек**  
**Всего групп - 61**

