

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ИРКУТСКА
КОМИТЕТ ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ И КУЛЬТУРЕ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. ИРКУТСКА
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 5» (МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5»)

664082, г.Иркутск, м-н Университетский, 2. Тел. 485-993 E-mail: dyusha5irk@yandex.ru

Утверждаю:

Директор МБОУ ДО
Иркутска «СШ № 5»



Е.С. Костяева Е.С. Костяева

Приказом директора МБОУ ДО
Иркутска «СШ № 5»

от 02.09.2024 № 01-07-88

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного образовательного
учреждения дополнительного образования города
Иркутска «Спортивная школа № 5»

На 2024-2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к учебному плану МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5»
на 2024–2025 учебный год

Учебный план является основным документом МБОУ ДО г. Иркутска «СШ 5», составлен в соответствии:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» с 01.01.2023;
- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г., № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г., № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказом Министерства спорта РФ от 3 августа 2022 г. N 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по культивируемым видам спорта;
- Уставом МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5»;
- лицензией на осуществление образовательной деятельности.
- с учётом запросов детей, их индивидуальных интересов и возможностей, потребности семьи, образовательных учреждений.

МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» – профильное учреждение дополнительного образования, основной деятельностью которого является физическая и спортивная подготовка детей и подростков.

МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» осуществляет образовательную деятельность физкультурно-спортивной направленности, работает по общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта: дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и дополнительным

общеразвивающим программам по видам спорта: баскетбол, бокс, волейбол, кикбоксинг, плавание, спортивная аэробика, тхэквондо.

В 2024–2025 учебном году образовательный процесс в МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» осуществляют 30 тренеров-преподавателей, из них 16 тренеров-преподавателей штатные, 14 – совместители. 7 тренеров-преподавателей имеют высшую квалификационную категорию, первую – 8 тренеров-преподавателей, соответствие – 10 тренеров-преподавателей.

В 2024–2025 учебном году Учебный план МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» обеспечивает реализацию следующих основных целей и задач:

- обеспечение конституционного права граждан Российской Федерации на получение дополнительного образования;
- вовлечение максимально возможного числа детей в систематическое занятие спортом, выявления их склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитания устойчивого интереса к ним;
- формирование общей культуры личности воспитанников на основе усвоения обязательного минимума содержания образовательных программ дополнительного образования, их адаптация к жизни в обществе;
- содействие гармоничному физическому и психическому развитию, разносторонней физической подготовке, укреплению здоровья воспитанников;
- формирование здорового образа жизни и профессиональному самоопределению;
- достижение уровня спортивных успехов сообразно способностям детей и подростков.
- осуществление планомерной подготовки всесторонне развитых спортсменов-разрядников;
- осуществление подготовки из числа занимающихся инструкторов-общественников и судей по спорту.

Своеобразие учебного плана в том, что он:

- отражает приоритеты развития образовательного пространства, определяемый концепцией формирования регионального компонента образования;
- соблюдает нормы продолжительности обучения по годам подготовки.
- соответствует преемственности всех этапов обучения;
- соответствует запросам родителей (законных представителей) и обучающихся.

Учебный план отражает:

- целостную систему многолетней спортивной подготовки через реализацию дополнительных общеразвивающих программ и дополнительных образовательных программ спортивной подготовки;
- физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте через реализацию дополнительных общеразвивающих программ;
- поэтапность обучения в спортивной школе обучающихся.
- развитие индивидуальных способностей в области физкультуры и спорта.

- допрофессиональную подготовку детей и подростков, проявление у них профессионального интереса.

Учебный план спортивной школы является нормативным правовым актом, устанавливающим объёмы учебного времени, отводимого на усвоение дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта и годам обучения.

Продолжительность учебного года составляет для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки программ 52 недели с учетом самостоятельной работы, дополнительных общеразвивающих программ 42 недели. Тренировочный процесс осуществляется по 6-дневной рабочей неделе (включая воскресенье) с выходным днём по расписанию. При составлении учебного плана МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» учитывается режим тренировочной работы в неделю непосредственно в условиях спортивной школы, на учебно-тренировочных сборах, в спортивно-оздоровительном лагере и для тренировки по индивидуальным планам воспитанников, самостоятельная работа на период их активного отдыха.

Недельный режим тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки. В течении учебного года возможна корректировка содержания учебного плана в зависимости от кадровой обеспеченности и наполняемости учебных групп.

Количество тренировочных дней, учебных часов (академических по 45 мин.), согласно расписания, каждый тренер рассчитывает в зависимости от спортивной квалификации обучающихся и этапа подготовки, составляя годовой тренировочный план для каждой группы.

Учебный план спортивной школы предусматривает динамику роста спортивных результатов при переходе от одного этапа подготовки к следующему и основывается на следующих показателях: возраст занимающихся, год занятий в школе; спортивный разряд, количество занятий и учебных часов в неделю, а также организационные формы занятий; распределение времени на основные разделы программы по годам обучения и в соответствии с этапами многолетней подготовки.

В каникулярное время тренировочные занятия продолжаются.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- учебно-тренировочные занятия групповые, индивидуальные, смешанные;
- учебно-тренировочные мероприятия (сборы) в течение учебного года и в условиях спортивно-оздоровительного лагеря;
- участие в соревнованиях и матчевых встречах;
- работа по индивидуальным планам;
- самостоятельная работа.

Учебный план по дополнительным общеразвивающим программам складывается из двух, преемственно связанных между собой этапов:

- базовый этап – нормативный срок освоения весь период обучения;
- углубленный этап – нормативный срок освоения весь период обучения.

Базовый этап подготовки (максимальный объем тренировочной работы):

1 уровень сложности – 4 часа в неделю;

2 уровень сложности – 6 часов в неделю.

Углубленный этап подготовки (максимальный объем тренировочной работы):

- 1 уровень сложности – 8 часов в неделю;
- 2 уровень сложности – 10 часов в неделю;
- 3 уровень сложности – 12 часов в неделю.

Задачами базового и углубленного этапов подготовки являются: начальное освоение техники и тактики выбранного вида спорта, формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение детей к здоровому образу жизни.

Учебный план по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки складывается из трех, преемственно связанных между собой этапов:

- этап начальной подготовки – нормативный срок освоения до 3 лет;
- учебно-тренировочный этап – нормативный срок освоения до 5 лет;
- этап спортивного совершенствования – нормативный срок освоения не ограничивается.

этап начальной подготовки (максимальный объем тренировочной работы):

- 1 года обучения – 4,5 часов в неделю;
- 2 года обучения – 6 часов в неделю;
- 3 года обучения – 8 часов в неделю.

Задачами этапа начальной подготовки являются: начальное освоение техники и тактики выбранного вида спорта. Формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение детей к здоровому образу жизни.

Учебно-тренировочный этап (максимальный объем тренировочной работы)

- 1 года обучения – 10 часов в неделю;
- 2 года обучения – 12 часов в неделю;
- 3 года обучения – 14 часов в неделю;
- 4 года обучения – 16 часов в неделю;
- 5 года обучения – 18 часов в неделю.

Этап спортивного совершенствования (максимальный объем тренировочной работы)

- 1 года обучения – 20 часов в неделю;
- 2 года обучения – 22 часа в неделю;
- 3 года обучения – 24 часа в неделю.

Характерной чертой учебно-тренировочного этапа и этапа спортивного совершенствования является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок.

Учебная нагрузка тренеров-преподавателей распределяется согласно режима учебно-тренировочной работы в МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» по каждому виду спорта в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта.

**Программно-методическое обеспечение учебного плана МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5»
на 2024-2025 учебный год**

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки

№	Наименование программы	Разработчики	Утверждена /рассмотрена
1	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта бокс	Кирик П.В., тренер-преподаватель, Молчанова А.В., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска ДЮСШ № 5 от 30.12.2022 г., № 01-07-123/1. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.12.2022 г.

Дополнительные общеразвивающие программы

№	Наименование программы	Разработчики	Утверждена /рассмотрена
1	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта баскетбол	Шепенков В. А., тренер-преподаватель, Свердлова С.А., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5 от 01.09.2023 г., № 01-07-76/27. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.08.2023 г.
2	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта бокс	Демидов А.Г., тренер-преподаватель, Свердлова С.А., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5 от 01.09.2023 г., № 01-07-76/27. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.08.2023 г.
3	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта волейбол	Карабинский И.А., тренер-преподаватель, Свердлова С.А., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5 от 01.09.2023 г., № 01-07-76/27. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.08.2023 г.
4	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта кикбоксинг	Казаков П.И., тренер- преподаватель, Свердлова С.А., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5 от 01.09.2023 г., № 01-07-76/27. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.08.2023 г.
5	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта плавание	Чиркова В.В., тренер-преподаватель, Свердлова С.А., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5 от 01.09.2023 г., № 01-07-76/27. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.08.2023 г.
6	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта спортивная аэробика	Смольницкая Н.С., тренер-преподаватель, Свердлова С.А., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5 от 01.09.2023 г., № 01-07-76/27. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.08.2023 г.
7	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта тхэквондо ИТФ	Галданов Г.В., тренер-преподаватель, Свердлова С.А., методист.	Приказом директора МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5 от 01.09.2023 г., № 01-07-76/27. Рассмотрена на педагогическом совете Протокол № 3 от 30.08.2023 г.

№ п/п	Ф.И.О. тренера - преподавателя	наименование программы, срок реализации	возраст обучающихся	кол - во групп	группа, год обучения	кол-во часов в год	кол-во часов в неделю	минимальное кол-во детей	общее кол-во			форма промежуточной аттестации
									групп	час. в неделю	детей	
Физкультурно- спортивная направленность												
Баскетбол												
1	Герасимов А.В.	программа спортивной подготовки	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	15	1	10	15	контрольно переводные нормативы
3	Шепенков В.А.	программа спортивной подготовки	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	15	1	10	15	контрольно переводные нормативы
Итого				2		840	20	30	2	20	30	
Бокс												
1	Давыдов В.В.	общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У3	504	12	15	3	36	45	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ У3	504	12	15				
				1	СОГ У3	504	12	15				
2	Демидов А.Г.	программа спортивной подготовки	средний и старший школьный возраст	1	УТГ 1	520	10	15	1	10	15	контрольно переводные нормативы
3	Казюка А. Н.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	15	1	8	15	контрольно переводные нормативы
4	Каверин Т.К.	общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У3	504	12	15	2	24	30	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ У3	504	12	15				
5	Кирик П. В.	программа спортивной подготовки	средний и старший школьный возраст	1	УТГ 1	520	10	15	1	10	15	контрольно переводные нормативы
6	Миронов В.С.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	15	1	8	30	контрольно переводные нормативы
6	Миронов М.С.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	15	1	8	30	контрольно переводные нормативы
7	Хузахметова М.Р.	программа спортивной подготовки	младший и средний школьный возраст	1	ГНП 3	416	8	15	3	36	45	контрольно переводные нормативы
				1	УТГ 3	728	14	15				
				1	УТГ 3	728	14	15				
Итого				13		6440	140	195	13	140	225	

Волейбол												
1	Карабинский И.А.	общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	15	4	36	60	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ У3	504	12	15				
				1	СОГ Б2	252	6	15				
				1	СОГ У2	420	10	15				
2	Паламарчук И.С.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У3	504	12	15	4	36	60	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ У3	504	12	15				
				1	СОГ Б2	252	6	15				
				1	СОГ Б2	252	6	15				
3	Сутягина В.Е.	общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	15	4	26	60	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б1	168	4	15				
				1	СОГ Б1	168	4	15				
				1	СОГ У1	336	8	15				
4	Ступин А.В.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	15	1	10	15	контрольно переводные нормативы
5	Кригер А.Н.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б1	168	4	15	2	10	30	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б2	252	6	15				
6	Бухарова Т.А.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	15	1	10	15	контрольно переводные нормативы
Итого				16		5376	128	240	16	128	240	

Кикбоксинг

1	Марчев А.В.	общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ Б2	252	6	15	5	36	60	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ У1	336	8	15				
				1	СОГ У3	504	12	15				
				1	СОГ Б1	168	4	15				
				1	СОГ Б2	252	6	15				
2	Ершов А.В.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б2	252	6	15	3	18	45	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б2	252	6	15				
				1	СОГ Б2	252	6	15				
3	Бугаков В.С.	общеразвивающая программа	дошкольный, младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б2	252	6	15	1	6	15	контрольно переводные нормативы
Итого				9		2520	60	135	9	60	120	

Плавание												
1	Единович П.А.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б1	168	4	15	2	10	30	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б2	252	6	15				
2	Лишков С.В.	общеразвивающая программа	средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	15	1	10	15	контрольно переводные нормативы
3	Медведева Ю.В.	общеразвивающая программа	младший школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	2	10	30	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б 2	252	6	15				
4	Чиркова В.В.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	15	3	26	45	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ У2	420	10	15				
				1	СОГ Б2	252	6	15				
Итого				8		2352	56	120	8	56	120	

Спортивная аэробика

1	Смольницкая Н.С.	общеразвивающая программа	дошкольный, младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	4	36	60	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ У1	336	8	15				
				1	СОГ У3	504	12	15				
				1	СОГ У3	504	12	15				
2	Попова С.А.	общеразвивающая программа	дошкольный и младший школьный возраст	1	СОГ Б 2	252	6	15	4	32	60	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б 2	252	6	15				
				1	СОГ У2	420	10	15				
				1	СОГ У2	420	10	15				
Итого				8		2856	68	120	8	68	120	

Тхэквондо

1	Цыдапова М.В.	общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ Б 2	252	6	15	3	20	45	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б 2	252	6	15				
				1	СОГ У1	336	8	15				
2	Галданов Г.В.	общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	2	10	30	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б 2	252	6	15				
3	Ловкий Д.С.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	2	10	30	контрольно переводные нормативы
				1	СОГ Б 2	252	6	15				
4	Синюшкин Е.Б.	общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б 2	252	6	15	1	6	15	контрольно переводные
Итого				8		1932	46	120	8	46	120	
Всего				64		22316	518	960	64	518	975	