

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

г. Иркутска «СШ № 5»

 Е.С. Костяева

Приказом директора МБОУ ДО

г. Иркутска «СШ № 5»

от 01.09.2025 № 01-07-85/22

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

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

На 2025-2026 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к учебному плану МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5»
на 2025-2026 учебный год

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

- 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 просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- 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 общеразвивающим программам по видам спорта: баскетбол, бокс, волейбол, кикбоксинг, плавание, спортивная аэробика, тхэквондо ИТФ.

В 2025-2026 учебном году образовательный процесс в МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» осуществляют 31 тренер-преподаватель, из них 13 тренеров-преподавателей штатные, 18 – совместители. 7 тренеров-преподавателей имеют высшую квалификационную категорию, первую – 8 тренеров-преподавателей,

соответствие – 10 тренеров-преподавателей.

В 2025-2026 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;
- 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

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 тренировок по индивидуальным планам обучающихся.

Недельный режим тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки. В течение 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-преподаватель рассчитывает в зависимости от спортивной квалификации обучающихся и этапа подготовки, составляя годовой тренировочный план для каждой группы.

Учебный план спортивной школы 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.

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.

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 учебно-тренировочной работы):

- 1 уровень сложности – 4 часа в неделю;
- 2 уровень сложности – 6 часов в неделю.

Углубленный этап подготовки (максимальный объем учебно-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.

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

**Программно-методическое обеспечение учебного плана
МБОУ ДО г. Иркутска «СШ № 5» на 2025-2026 учебный год**

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 промежуточно й аттестации	место проведения занятий
									групп	час. в неделю	детей		
Физкультурно- спортивная направленность													
Баскетбол													
1	Герасимов А.В.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	МБОУ СОШ № 2
2	Шеленков В.А.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	МБОУ СОШ № 5
3	Колесникова А.Ю.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	СКТиС ФГБОУ ВО ИрГУПС,
	Итого			3		1260	30	36	3	30	36		
Бокс													
1	Давыдов В.В.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У3	504	12	12	3	36	36	контрольно- переводные нормативы	Клуб единоборств «ВИТЯЗЬ»
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
2	Демидов А.Г.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	зал бокса ИРНТУ,
3	Казюка А. Н.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	12	1	8	12	контрольно- переводные нормативы	Клуб единоборств «ВИТЯЗЬ»
4	Каверин В.К.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	Клуб единоборств «ВИТЯЗЬ»
5	Кирик П. В.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	зал бокса ИРНТУ,
6	Миронов В.С.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	зал бокса ИРНТУ,

6	Миронов М.С.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	12	1	8	12	контрольно- переводные нормативы	зал бокса ИРНТУ,
7	Хузахметова М.Р.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	зал бокса ИРНТУ,
8	Швалова В.Д.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	Клуб единоборств «ВИТЯЗЬ»
9	Базилевский Г.С.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	12	1	8	12	контрольно- переводные нормативы	зал бокса ИРНТУ,
		дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	
	Итого			13		5460	130	156	13	130	156		
Волейбол													
1	Паламарчук И.С.	дополнительная общеразвивающая программа	младший, средний, старший школьный возраст	1	СОГ У3	504	12	12	4	36	51	контрольно- переводные нормативы	ФОК «Юбилейный», Гимназия № 25
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У1	336	8	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б1	168	4	15					
2	Сутягина В.Е.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ У1	336	8	12	3	30	36	контрольно- переводные нормативы	ФОК «Юбилейный», СОШ № 4
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У2	420	10	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
3	Ступин А.В.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	Гимназия № 25

4	Кригер А.Н.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б1	168	4	15	2	10	30	контрольно- переводные нормативы	МБОУ СОШ № 6
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б2	252	6	15					
5	Бухарова Т.А.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б2	252	6	15	1	6	15	контрольно- переводные нормативы	МБОУ СОШ № 2
Итого				11		3864	92	144	11	92	144		
Кикбоксинг													
1	Марчев А.В.	дополнительная общеразвивающая программа	младший, средний и старший школьный возраст	1	СОГ Б2	252	6	15	5	32	69	контрольно- переводные нормативы	б-р Рябикова, д. 11А
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У1	336	8	12					мкр. Университетский, д. 2
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У1	336	8	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б1	168	4	15					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б2	252	6	15					
2	Ершов А.В.	дополнительная общеразвивающая программа	младший, средний и старший школьный возраст	1	СОГ Б2	252	6	15	3	20	42	контрольно- переводные нормативы	ул. Академика Курчатова, д. 13
дополнительная общеразвивающая программа		1		СОГ Б2	252	6	15						
дополнительная общеразвивающая программа		1		СОГ У1	336	8	12						
Итого				8		2184	52	111	8	52	111		
Плавание													
1	Единович П.А.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б1	168	4	15	2	10	30	контрольно- переводные нормативы	СШ «Спартак» МБОУ СОШ № 40

		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б2	252	6	15					
2	Блинов Н.Н.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	Гимназия № 25
3	Лишков С.В.	дополнительная общеразвивающая программа	средний школьный возраст	1	СОГ У2	420	10	12	1	10	12	контрольно- переводные нормативы	Гимназия № 25
4	Медведева Ю.В.	дополнительная общеразвивающая программа	младший школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	2	10	30	контрольно- переводные нормативы	СШ «Спартак» МБОУ СОШ № 40
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б 2	252	6	15					
5	Чиркова В.В.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ У3	504	12	12	3	28	39	контрольно- переводные нормативы	СШ «Спартак» МБОУ СОШ № 40
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б 1	168	4	15					
	Итого			9		2856	68	123	9	68	123		

Спортивная аэробика

1	Смоляницкая Н.С.	дополнительная общеразвивающая программа	дошкольный, младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	4	36	51	контрольно- переводные нормативы	мкр. Университетский, д. 2
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У1	336	8	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
2	Попова С.А.	дополнительная общеразвивающая программа	дошкольный и младший школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	4	30	54	контрольно- переводные нормативы	Д/с № 182,

		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б 2	252	6	15					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У1	336	8	12					ул. Академика Курчатова, д. 13
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У3	504	12	12					
	Итого			8		2772	66	105	8	66	105		
Тхэквондо ИТФ													
1	Цыдапова М.В.	дополнительная общеразвивающая программа	младший, средний и старший школьный возраст	1	СОГ Б 2	252	6	15	3	20	42	контрольно- переводные нормативы	б-р Рябикова, д. 11А
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б 2	252	6	15					
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У1	336	8	12					
2	Галданов Г.В.	дополнительная общеразвивающая программа	средний и старший школьный возраст	1	СОГ Б 2	252	6	15	2	12	30	контрольно- переводные нормативы	ФОК «Юбилейный»,
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б 2	252	6	15					
3	Ловкий Д.С.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б 1	168	4	15	2	10	30	контрольно- переводные нормативы	мкр. Университетский, д. 2
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ Б 2	252	6	15					
4	Синюшкин Е.Б.	дополнительная общеразвивающая программа	младший и средний школьный возраст	1	СОГ Б 2	252	6	15	2	14	27	контрольно- переводные нормативы	б-р Рябикова, д. 11А
		дополнительная общеразвивающая программа		1	СОГ У1	336	8	12					
	Итого			9		2016	56	129	9	56	129		
	Всего			61		20412	494	804	61	494	804		