



«УТВЕРЖДАЮ»

Директора МБУ ДО Тарасовская

СШ «Спарта»

Новоселова И.В.

Приказ №162 от 17.11.2025 года

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования  
Тарасовская спортивная школа «Спарта»  
на 2025– 2026 учебный год

Учебный план является исходным финансово-нормативным документом. Определяет требования к организации образовательного процесса и регламентирует деятельность учреждения. Учебный план составляется учреждением самостоятельно и способствует повышению эффективности образовательной деятельности по шести видам спорта, отражает данные о направлениях образовательной деятельности, этапах подготовки.

Учебный план состоит из двух частей: пояснительной записки и сетки количества групп и учащихся по видам спорта и этапам подготовки. Структура пояснительной записки включает общую характеристику учебного плана, целевую направленность. Сетка определяет количество групп, количество обучающихся в группах и количество часов, отведенное для учебных занятий по направлениям деятельности.

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

1. В основе образовательной деятельности учреждения находится создание благоприятных условий для физического, духовного, социального развития обучающихся, раскрытия их личностного потенциала, формирование культуры отдыха, здорового образа жизни, развития волевых и гражданских качеств через физкультурно-спортивную деятельность, выявление и поддержка спортивно – одаренных детей.

2. Спортивная школа (далее СШ) - учреждение дополнительного образования, основной деятельностью которого является физическая и спортивная подготовка детей, подростков и взрослого населения.

3. СШ осуществляет образовательную деятельность физкультурно – спортивной направленности. Согласно лицензии, на право ведения образовательной деятельности, может реализовать программы спортивной направленности по видам спорта: легкая атлетика, футбол, волейбол, баскетбол, самбо, дзюдо, пауэрлифтинг, спортивная гимнастика, шахматы, настольный теннис, бокс. Разнообразие направлений и видов спорта позволяет привлекать большое количество детей разного возраста и пола.

4. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки.

#### Задачи спортивно-оздоровительного этапа:

- привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям;
- утверждение здорового образа жизни;
- всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
- овладение основами выбранного вида спорта.

#### Задачи этапа начальной подготовки:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;

- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- выявление задатков и способностей детей, воспитание специальных способностей;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- привитие навыков соревновательной деятельности.

Задачи учебно-тренировочного этапа:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- овладение основами техники в избранном виде спорта;
- приобретение соревновательного опыта путём участия в различных видах соревнований по виду спорта;
- развитие специальных физических качеств;
- освоение допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок.

Соотношение средств физической, специальной и технико-тактической подготовки в процентах изменяется по годам обучения и рассчитывается по каждому виду спорта в соответствии с программой.

5. Своеобразие учебного плана в том, что он;

- отражает приоритеты развития образовательного пространства школы;
- предоставляет обучающимся самостоятельность в выборе видов спорта с целью повышения качества образования и обеспечения возможностей самоопределения личности;
- соблюдает нормы продолжительности обучения по годам подготовки.
- соответствует преемственности всех ступеней образования;
- соответствует запросам родителей (законных представителей) и обучающихся.

6. Учебный план выполняет следующие функции:

- Обеспечивает права обучающихся на дополнительное образование;
- Сохраняет единство образовательного пространства страны;
- Удовлетворяет образовательные потребности обучающихся и родителей (законных представителей).

Ценностные ориентиры:

- Качество образования выпускника, обеспечивающее адаптацию в обществе;
- Личностно-ориентированный подход в образовании.

7. Цель образовательного процесса в СШ - создание условий, гарантирующих право граждан на качественное дополнительное образование, обеспечивающее духовное развитие и социальную компетентность.

8. Основными задачами СШ является создание условий для:

- а) вовлечения максимально возможного числа детей в систематическое занятие спортом, выявления их склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитания устойчивого интереса к ним;
- б) формирования у детей потребности в здоровом образе жизни, осуществления гармоничного развития личности, воспитания

ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;

в) обеспечения повышения уровня общей и специальной физической подготовленности в соответствии с требованиями программ по видам спорта;

г) воспитания гражданственности, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье

9. Цель учебного плана - создание благоприятных условий для ведения учебно-тренировочного процесса с учетом запросов и способностей его участников.

10. Расчет часов и планирование исходят из продолжительности периода проведения учебно-тренировочных занятий для штатных тренеров-преподавателей и тренеров-преподавателей, работающих по совместительству:

- Учебно-тренировочные занятия в отделениях по видам спорта спортивной школы проводится в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха.

- Количество тренировочных дней, учебных часов (академических по 45 мин.) каждый тренер рассчитывает в зависимости от спортивной квалификации занимающихся и периода подготовки (начальный 1 и 2 года), составляя учебный план-график для каждой группы. Недельный режим учебно-тренировочной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки.

11. Тарасовская СШ выполняет социальный заказ родителей и обучающихся по удовлетворению дополнительных образовательных потребностей.

12. Учебный план СШ 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.

13. Общеобразовательные программы – это выражение права учреждения на создание своей модели образования в соответствии с интересами и потребностями, социальным заказом и профессиональной компетентностью тренеров - преподавателей. Свободный выбор форм и методов обучения влияют на гибкую и подвижную регламентацию в организации педагогической деятельности, свободу выражения своих результатов.

14. СШ реализует дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта (дополнительные общеразвивающие программы и программы спортивной подготовки).

Дополнительные общеобразовательные программы в области физической

культуры и спорта включают в себя:

- *дополнительные общеразвивающие* программы в области физической культуры и спорта - направлены на физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте (программы физического воспитания и физкультурно-оздоровительные программы). Срок реализации программы 1-11 лет.

- *программы спортивной подготовки* - направлены на реализацию этапов многолетней спортивной подготовки путём поиска и определения состава перспективных спортсменов, имеющих возможность достижения высоких спортивных результатов и на реализацию федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, включённых во Всероссийский реестр видов спорта. Срок реализации программы до 9 лет.

15. Учреждение реализует работу с детьми в течение всего года и в каникулярное время (проводятся учебно-тренировочные сборы, работа по индивидуальным планам, спортивно-оздоровительные лагеря или лагеря с дневным пребыванием детей, соревнования и т.д.).

16. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся; индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно тренировочным (учебным) планам с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу; самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам; тренировочные сборы; участие в спортивных соревнованиях и иных спортивно-массовых мероприятиях; инструкторская и судейская практика; медико-восстановительные мероприятия; тестирование, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся; теоретические занятия.

17. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать:

- по общеразвивающим программам – СОГ- двух академических часов;

- по программам спортивной подготовки:

  - НП- двух-трех академических часов,

  - УТ (спортивной специализации) - трех-четырех академических часов при не менее чем четырехразовых занятиях в неделю; в группах, где нагрузка составляет 18 часов и более в неделю - до четырех академических часов, а при двухразовых тренировочных занятиях в день - до трех академических часов.

18. Таким образом, учебный план СШ реализует целый комплекс мероприятий, связанных с физкультурно-оздоровительной и воспитательной работой среди подростков, направленной на укрепление их здоровья и всестороннее физическое развитие.

- В учебном плане МБУ ДО Тарасовская СШ «Спарта» представлены группы трех этапов подготовки по видам спорта:

- спортивно-оздоровительный (СОГ)1-го года обучения - 20 групп
- спортивно-оздоровительный (СО)2-го года обучения - 2 групп
- спортивно-оздоровительный (СО)3-го года обучения - 1 групп
- спортивно-оздоровительный (СО)5-го года обучения - 1 групп
- начальной подготовки (НП) 1-го года обучения - 4 группы
- начальной подготовки (НП) 2-го года обучения - 1 группы
- начальной подготовки (НП) 3-го года обучения - 4 группа
- учебно-тренировочный (УТЭ) 1 года обучения - 1 группа
- учебно-Тренировочный (УТЭ) 2 года обучения - 2 группы
- учебно-тренировочный (УТЭ) 3 года обучения - 2 группа

Всего на 17 сентября 2025 года 38 группа, в которых получают дополнительное образование 608 человека в возрасте от 6 до 18 лет. Срок обучения от 1 года до 11 лет. Учебный план составлен в соответствии Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», зарегистрированного в Минюсте России 18.12.2020 № 61573 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»».

Занятия по всем видам спорта, планируется осуществлять на базе СШ, МИЗ и спортивных залов общеобразовательных школ района.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
на 2025-2026 учебный год  
**17.11.2025**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ**

№ п/п	Отделение	Программа	Этап подготовки	Количество групп	Количество часов			Количество обучающихся в группе(ах)	Человеко/часы
					в 1 гр. В нед.	В 1 гр. В год (52 нед)	во всех гр. за год (52 нед)		
<b>ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ВИДЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ</b>									
1	Легкая атлетика	Общеразвивающая	СОГ1	2	6	312	624	30	<b>9360</b>
		Спортивная подготовка	НПЗ	1	6	312	312	15	<b>4680</b>
	<b>ИТОГО</b>			<b>3</b>			<b>936</b>	<b>45</b>	<b>14040</b>
2	Пауэрлифтинг	Спортивная подготовка	НП1	1	6	312	312	15	<b>4680</b>
			НП2	1	6	312	312	14	<b>4368</b>
			НП3	1	6	312	312	20	<b>6240</b>
			T1	1	10	520	520	15	<b>7800</b>
			T2	1	10	520	520	12	<b>6240</b>
			T3	1	10	520	520	10	<b>5200</b>
	<b>ИТОГО</b>			<b>6</b>			<b>2496</b>	<b>89</b>	<b>34528</b>
3	Спортивная гимнастика	Общеразвивающая	СОГ4	1	6	312	312	15	<b>4680</b>
			<b>ИТОГО</b>		<b>1</b>		<b>312</b>	<b>15</b>	<b>4680</b>
	Настольный теннис	Общеразвивающая	СОГ1	1	2	104	104	15	<b>1560</b>
			СОГ1	1	6	312	312	15	<b>4680</b>
			<b>ИТОГО</b>		<b>2</b>		<b>416</b>	<b>30</b>	<b>6240</b>
<b>КОМАНДНО-ИГРОВЫЕ ВИДЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ</b>									
5	Волейбол	Общеразвивающая	СОГ1	1	4	208	208	15	<b>3120</b>
			СОГ1	4	6	312	1248	60	<b>18720</b>
			СОГ1	1	2	104	104	15	<b>1560</b>
			СОГ2	2	6	312	624	35	<b>10920</b>
			СОГ3	1	6	312	312	15	<b>4680</b>
	<b>ИТОГО</b>			<b>9</b>		<b>2496</b>	<b>140</b>	<b>39000</b>	
6	Футбол	Общеразвивающая	СОГ1	1	2	104	104	15	<b>1560</b>
			СОГ1	1	4	208	208	15	<b>3120</b>
			СОГ1	2	6	312	624	36	<b>11232</b>
		Спортивная подготовка	НП1	3	6	312	936	59	<b>18408</b>
			НП2	1	6	312	312	19	<b>5928</b>
			НП3	1	8	416	416	22	<b>9152</b>
			T2	1	10	520	520	18	<b>9360</b>
T3	1	10	520	520	15	<b>7800</b>			
	<b>ИТОГО</b>			<b>11</b>		<b>3640</b>	<b>199</b>	<b>66560</b>	
7	Баскетбол	Общеразвивающая	СОГ1	2	6	312	624	30	<b>9360</b>
			<b>ИТОГО</b>		<b>2</b>		<b>624</b>	<b>30</b>	<b>9360</b>
<b>ИТОГО ПО ШКОЛЕ</b>				<b>33</b>			<b>10606</b>	<b>548</b>	<b>174408</b>

## СОЦИАЛЬНЫЙ ЗАКАЗ

№ п/п	Отделение	Программа	Этап подготовки	Количество групп	Количество часов			Количество обучающихся в группе(ах)	Человеко/часы
					в 1 гр. В нед.	В 1 гр. В год (52 нед)	во всех гр. за год (52 нед)		
<b>ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ВИДЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ</b>									
1	Настольный теннис	Общеразвивающая	СОГ1	1	2	104	104	15	1560
	<b>ИТОГО</b>			<b>1</b>			<b>104</b>	<b>15</b>	<b>1560</b>
<b>КОМАНДНО-ИГРОВЫЕ ВИДЫ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ</b>									
2	Волейбол	Общеразвивающая	СОГ1	1	2	104	104	15	1560
	<b>ИТОГО</b>			<b>1</b>					<b>1560</b>
3	Футбол	Общеразвивающая	СОГ1	2	2	104	208	30	3120
	<b>ИТОГО</b>			<b>2</b>			<b>208</b>	<b>30</b>	<b>3120</b>
<b>ИТОГО ПО ШКОЛЕ</b>				<b>4</b>			<b>416</b>	<b>60</b>	<b>6240</b>

