Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

В. К.Токарев

Учебный план
МАУДО «Киришская детско-юношеская спортивная школа»
на 2020 – 2021 учебный год

Учебный план МАУДО «Киришская ДЮСШ» на 2020-2021 учебный год составлен в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2018 года № 939 «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 Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 года № 731 « Об утверждении порядка приёма на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21 августа 2017 года № 767 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «дзюдо»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 10 апреля 2013 года № 114 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 23 июля 2014 г. № 620 «О внесении изменений в приказ Министерства спорта Российской Федерации от 10.04.2013 г. № 114 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта баскетбол»;
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 05 февраля 2013 г. № 40 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта художественная гимнастика»;
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 16 апреля 2018 г. № 348 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «бокс»;
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 19 января 2018 г. № 34 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол»;

- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 30 декабря 2016 г. № 1364 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спортивная аэробика»;
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 680 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «волейбол»;
- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 15 июля 20145 г. № 741 «О внесении изменений в приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30.08.2013 г. № 680 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта волейбол»;
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";
- Дополнительными общеобразовательными программами в области физической культуры и спорта;
- Уставом Учреждения (Утверждён постановлением администрации муниципального образования Киришский муниципальный район Ленинградской области от 10.04.2017 г. № 772;
- Инструкциями № 9, 10, 11, 12, 41, 43 по охране труда при проведении учебных занятий по видам спорта: дзюдо, спортивной аэробике, лёгкой атлетике, спортивным играм (футбол, волейбол, баскетбол), боксу, художественной гимнастике;
- Инструкцией № 15 по охране труда при проведении спортивных соревнований;
- Инструкцией № 19 по пожарной безопасности;
- Локальными нормативными актами, регулирующими деятельность Учреждения.

Учебный год начинается 1 сентября 2020 года, возраст обучающихся с 5 до 18 лет, продолжительность учебного года в соответствии с календарным учебным графиком. Режимы образовательного процесса и наполняемость учебных групп по видам спорта устанавливается с учётом техники безопасности в соответствии с видом спорта на каждом этапе подготовки и периода обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, физической культуры и спорта и нормативов СанПин.

Учебный план включает в себя этапы обучения: спортивно – оздоровительный (весь период), базовый уровень сложности (6 лет), углубленный уровень сложности (2 года). Углубленный уровень сложности может быть увеличен еще на 2 года. Спортивная подготовка многолетняя, круглогодичная (отдельный учебный план).

Образовательный процесс осуществляется по:

- дополнительным предпрофессиональным программам по видам спорта: баскетбол, спортивная аэробика, бокс, художественная гимнастика, футбол, волейбол;

- дополнительным общеразвивающим программам физкультурно-спортивной направленности «Аэробика», «Легкая атлетика», «Готов к труду и обороне».

- Спортивная аэробика ведётся на 3-х этапах обучения – спортивно-оздоровительный этап, базовый уровень сложности, углубленный уровень сложности;
- Баскетбол ведётся на 2-х этапах обучения – базовый уровень сложности, углубленный уровень сложности;
- Художественная гимнастика ведется на 1-ом этапе обучения — базовый уровень сложности;
- Бокс ведется на 1-ом этапе обучения — базовый уровень сложности;
- Волейбол ведется на 1-ом этапе обучения — базовый уровень сложности;
- Футбол ведется на 1-ом этапе обучения — базовый уровень сложности;
- Лёгкая атлетика ведется на спортивно-оздоровительном этапе.

Учебный план разрабатывается из расчета 36, 42 и 44 недели занятий непосредственно в условиях спортивной школы, на базах городских и сельских школ и МДОУ, МАУДО «МУК», МАУДО «Киришский Дворец творчества имени Л.Н. Маклаковой», спортивного зала ДК пос. Пчева (в спортивно-оздоровительных лагерях, на учебно-тренировочных сборах). С увеличением общего годового объема часов изменяются по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и психологическую подготовку. Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Готов к труду и обороне» рассчитана на 18 недель.

Распределение учебной нагрузки по отделениям на 2020-2021 учебный год

№ п/п	Наименование дисциплин (видов спорта)	Учебная нагрузка на этапах подготовки (количество часов в неделю)										
		Спортивно-оздоровительный этап		Базовый уровень сложности						Углубленный уровень сложности		
		18 нед. 1 час	36 нед. 3 часа	НП-1 до 6 часов	НП-2 до 6 часов	НП-3 8 час	НП-4 8 часов	УТГ-1 8-10 часов	УТГ-2 8-10 часов	УТГ-3 12 часов	УТГ-4 12 часов	УТГ-5 14 часов
1	Спортивная аэробика		13			1				1	1	
2	Баскетбол				6	1		2				1
3	Волейбол				3							
4	Лёгкая атлетика		12									
5	Футбол				7							
6	Бокс			1	5		1					
7	Художественная гимнастика				2	1		1				
8	Готов к труду и обороне	5										
	Итого 64 группы	**5**	**25**	**1**	**23**	**3**	**1**	**3**	**-**	**1**	**1**	**1**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Кирпичская ДЮСШ»

_____В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп базового уровня сложности отделения «Волейбол»
на 42 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки 2-ого года обучения		
	Количество часов в неделю	**4**	**5**	**6**
1.	Обязательные предметные области			
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	19	22	26
1.2	Общая физическая подготовка	51	64	76
1.3.	Вид спорта	36	50	60
2.	Вариативные предметные области			
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	9	12	15
2.2.	Развитие творческого мышления	14	16	18
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	14	16	18
2.4.	Специальные навыки	14	18	23
3.	Аттестация	6	6	8
4.	Соревновательная подготовка	5	6	8
	Общее количество часов	**168**	**210**	**252**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп базового уровня сложности отделения «Футбол»
на 44 учебные недели по 6 часов в неделю

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки 2-ого года обучения
	Количество часов в неделю	**6**
1.	Обязательные предметные области	
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	30
1.2	Общая физическая подготовка	76
1.3.	Вид спорта	64
2.	Вариативные предметные области	
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	15
2.2.	Развитие творческого мышления	20
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	20
2.4.	Специальные навыки	23
3.	Аттестация	8
4.	Соревновательная подготовка	8
	Общее количество часов	**264**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Кяхтинская ДЮСШ»

В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп базового уровня сложности отделения «Футбол»
на 42 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки 2-ого года обучения	
	Количество часов в неделю	**4**	**5**
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	19	22
1.2	Общая физическая подготовка	51	64
1.3.	Вид спорта	36	50
2.	Вариативные предметные области		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	9	12
2.2.	Развитие творческого мышления	14	16
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	14	16
2.4.	Специальные навыки	14	18
3.	Аттестация	6	6
4.	Соревновательная подготовка	5	6
	Общее количество часов	**168**	**210**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Кяхтинская ДЮСШ»

В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
спортивно-оздоровительных групп отделения «Лёгкая атлетика»
(для учащихся на базах МДОУ)

№ п/п	Содержание занятий	СОГ-1, 2 год обучения 36 нед. 3 часа в неделю
1	Теоретическая подготовка	1
2	Основные виды движений	30
3	Общеразвивающие и строевые упражнения	14
4	Подвижные игры и игры-эстафеты	43
5	Подвижные игры с элементами спортивных игр	15
6	Учебные нормативы (тесты)	5
итого		108

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Кириллическая ДЮСШ»

_____ В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
группы базового уровня сложности отделения «Спортивная аэробика»
на 44 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Группа начальной подготовки 3-его года обучения
	Количество часов в неделю	**8**
1.	Обязательные предметные области	
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	46
1.2	Общая физическая подготовка	99
1.3.	Вид спорта	80
2.	Вариативные предметные области	
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	20
2.2.	Развитие творческого мышления	26
2.3.	Хореография и акробатика	26
2.4.	Специальные навыки	34
3.	Аттестация	9
4.	Соревновательная подготовка	12
	Общее количество часов	**352**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

_____В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп углубленного уровня сложности отделения «Спортивная аэробика»
на 44 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Учебно-тренировочные группы 3-его и 4-ого годов обучения
	Количество часов в неделю	**12**
1.	Обязательные предметные области	
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	60
1.2	Основы профессионального самоопределения	86
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	80
1.4.	Вид спорта	120
2.	Вариативные предметные области	
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	30
2.2.	Развитие творческого мышления	36
2.3.	Хореография и акробатика	36
2.4.	Специальные навыки	50
3.	Аттестация	12
4.	Соревновательная подготовка	18
	Общее количество часов	**528**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Кировская ДЮСШ»

В.К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
спортивно-оздоровительных групп отделения «Спортивная аэробика»
(для учащихся на базах дошкольных учреждений)

№	Базовый компонент	1 г.о./5-6 лет/ 36 недель 3 часа	2 г.о./6-7 лет/ 36 недель 3 часа
1	Общая физическая подготовка	15	15
2	Музыкальные композиции по типу детской аэробики	12	12
3	Образно-ролевые композиции	12	12
4	Танцевальные композиции	12	12
5	Музыкальные игры	12	12
6	Предметная подготовка (скакалка, обруч, мяч, лента)	9	9
7	Подвижные игры	30	30
8	Учебные нормативы (тесты)	3	3
9	Теоретические сведения	3	3
ИТОГО:		108	108

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

_____ В. К. Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп базового уровня сложности отделения «Баскетбол»
на 44 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки 2-ого и 3-его годов обучения, учебно-тренировочные группы 1-ого года обучения	
	Количество часов в неделю	**6**	**8**
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	30	46
1.2	Общая физическая подготовка	76	99
1.3.	Вид спорта	64	80
2.	Вариативные предметные области		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	15	20
2.2.	Развитие творческого мышления	20	26
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	20	26
2.4.	Специальные навыки	23	34
3.	Аттестация	8	9
4.	Соревновательная подготовка	8	12
	Общее количество часов	**264**	**352**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

_____В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
группы углубленного уровня сложности отделения «Баскетбол»
на 44 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Учебно-тренировочная группа 5-ого года обучения
	Количество часов в неделю	**14**
1.	Обязательные предметные области	
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	70
1.2	Основы профессионального самоопределения	100
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	90
1.4.	Вид спорта	130
2.	Вариативные предметные области	
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	40
2.2.	Развитие творческого мышления	40
2.3.	Судейская подготовка	46
2.4.	Специальные навыки	60
3.	Аттестация	14
4.	Соревновательная подготовка	26
	Общее количество часов	**616**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киринская ДЮСШ»
_____ В.К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп базового уровня сложности отделения «Баскетбол»
на 42 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки 2-ого года обучения	
	Количество часов в неделю	**4**	**5**
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	19	22
1.2	Общая физическая подготовка	51	64
1.3.	Вид спорта	36	50
2.	Вариативные предметные области		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	9	12
2.2.	Развитие творческого мышления	14	16
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	14	16
2.4.	Специальные навыки	14	18
3.	Аттестация	6	6
4.	Соревновательная подготовка	5	6
	Общее количество часов	**168**	**210**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп базового уровня сложности отделения «Бокс»
на 44 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки 1-ого, 2-ого и 4-ого годов обучения	
	Количество часов в неделю	**6**	**8**
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	30	46
1.2	Общая физическая подготовка	76	99
1.3.	Вид спорта	64	80
2.	Вариативные предметные области		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	15	20
2.2.	Развитие творческого мышления	20	26
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	20	26
2.4.	Специальные навыки	23	34
3.	Аттестация	8	9
4.	Соревновательная подготовка	8	12
	Общее количество часов	**264**	**352**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

_____В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
групп базового уровня сложности отделения «Художественная гимнастика»
на 44 учебные недели

№ п/п	Разделы подготовки	Группы начальной подготовки 2-ого , 3-его годов обучения, учебно-тренировочная группа 1-ого года обучения		
	Количество часов в неделю	**6**	**8**	**10**
1.	Обязательные предметные области			
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	30	46	56
1.2	Общая физическая подготовка	76	99	130
1.3.	Вид спорта	64	80	103
2.	Вариативные предметные области			
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	15	20	25
2.2.	Развитие творческого мышления	20	26	30
2.3.	Хореография и акробатика	20	26	30
2.4.	Специальные навыки	23	34	40
3.	Аттестация	8	9	10
4.	Соревновательная подготовка	8	12	16
	Общее количество часов	**264**	**352**	**440**

Принято
на Педагогическом совете
протокол № 01 от 27.08.2020 г.

Утверждено
Приказом от 27.08.2020 г. № 49
Директор МАУДО
«Киришская ДЮСШ»

В. К.Токарев

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
спортивно-оздоровительных групп
по дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Готов к труду и обороне» на 18 учебных недель

	Содержание занятий	Кол-во часов
1	Теоретическая подготовка	6
2	Техническая подготовка по видам спорта (легкая атлетика, ОФП, плавание, лыжные гонки, туристические навыки, стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия)	10
3	Контрольные испытания (тестирование теоретических знаний)	2
4	Всего часов	18