

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа»**

**Пояснительная записка к учебному плану МБОУ ДО «ДЮСШ»
на 2025/2026 учебный год**

Учебный план МБОУ ДО «ДЮСШ» на 2025/2026 учебный год построен с учетом нормативно-правовых основ, регулирующих деятельность спортивных школ:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный закон Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устав МБОУ ДО «ДЮСШ» (2020г.);
- Лицензия на право ведения образовательной деятельности (38Л01 № 0004499 от 20 октября 2020 г.), бессрочно;

Учебный план спортивной школы определяет максимальный объем учебной нагрузки обучающихся, спортивные дисциплины, распределяет учебное время, отводимое на освоение учебных программ по этапам и разделам спортивной подготовки.

В 2025/2026 учебному году расчет часов и планирование исходят из продолжительности учебно-тренировочных занятий по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта.

Учебный план на 39 недель (сентябрь-май), предназначен для учебных групп спортивно-оздоровительного этапа по волейболу, спортивной гимнастике, футболу, боксу и предусматривает 4-х часовой объем учебно-тренировочных занятий в неделю.

Учебный план на 44 недели (сентябрь-июль), предназначен для учебных групп спортивно-оздоровительного этапа по баскетболу, футболу с учетом централизованной подготовки в летний период.

Учебный план на 52 недели рассчитан на проведение учебно-тренировочных занятий по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки в условиях школы и самостоятельной работы по индивидуальным планам.

Все преподаваемые спортивные дисциплины в МБОУ ДО «ДЮСШ» обеспечены учебными программами. Содержание обучения в учебно-тренировочных группах обеспечивает принцип преемственности с этапом начальной подготовки. На учебно-тренировочном этапе свыше 2-х лет, создаются условия для повышения уровня физического развития и функциональной подготовленности, накопление соревновательного опыта учащихся.

В Учебном плане на 2025-2026 учебный год раскрывается распределение учебных групп по видам спорта и недельная часовая нагрузка на этапах спортивной подготовки по годам обучения. Периодизация многолетней подготовки предусматривает:

- спортивно-оздоровительный этап (СОЭ) - 5-6 лет;
- этап начальной подготовки (ЭНП) - 3 года;
- учебно-тренировочный этап (УТЭ) - 5 лет.

Продолжительность одного занятия в группах не превышает:

- спортивно-оздоровительных - 2-х академических часов;
- начальной подготовки - 2-х астрономических часов;
- учебно-тренировочных группах - 3-х астрономических часов.

В зависимости от этапа многолетней спортивной подготовки и направления учебно-тренировочного процесса решаются следующие задачи.

На спортивно-оздоровительном этапе:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по видам спорта;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по избранному виду спорта.

На учебно-тренировочном этапе:

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

Общегодовой объем учебно-тренировочной работы в МБОУ ДО «ДЮСШ» на 2025/2026 учебный год составил 9 564 учебных часов и распределен между 19 тренерами-преподавателями (4 - штатных, 15 - совместителей) в территориальных отделениях Усть-Илимского муниципального округа. Вакансия - 30 часов в неделю.

По 7 культивируемым видам спорта в МБОУ ДО «ДЮСШ» обучается 427 человека, учащихся общеобразовательных школ Усть-Илимского муниципального округа и студентов средних учебных заведений:

Населенный пункт	Кол-во учащихся	Количество тренеров-преподавателей и виды спорта
с. Ершово	20	2 тренера (волейбол, спортивная гимнастика)
р.п. Железнодорожный	205	9 тренеров (баскетбол, бокс, лыжные гонки, спортивная гимнастика, настольный теннис, футбол)
п. Невон	90	3 тренера (бокс, лыжные гонки, спортивная гимнастика)
п. Седаново	57	2 тренера (волейбол, спортивная гимнастика)
п. Тубинский	40	2 тренера (волейбол, футбол)
п. Эдучанка	15	1 тренера (бокс)

Учебный план по видам спорта:

1) содержит следующие предметные области:

- теория и методика физической культуры и спорта;
- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- самостоятельная и индивидуальная подготовка;
- инструкторская и судейская практика.

2) учитывает особенности подготовки обучающихся в избранном виде спорта,

в том числе:

- вариативность учебно-тренировочного процесса в соответствии со спецификой избранного вида спорта при возрастании учебно-тренировочных нагрузок в относительно короткие временные циклы и в сочетании с моделированием различных игровых соревновательных режимов;

- постепенное увеличение соотношения между общей и специальной физической подготовкой в сторону специальной на этапах (периодах) обучения;

- большой объем соревновательной деятельности.

С увеличением общего годового объема часов изменяется по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Наблюдается постепенное сокращение объема средств ОФП и увеличение объема средств СФП. Параллельно с этим увеличивается объем и интенсивность тренировочных и соревновательных нагрузок, технико-тактической подготовки и их неуклонный рост в режиме многолетней тренировки.

В общую годовую нагрузку входят все формы учебно-тренировочного процесса: групповые и индивидуальные, учебно-тренировочные, тренировочные, учебные, теоретические занятия, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика, медико-восстановительные мероприятия, самостоятельная работа и по работа индивидуальным планам.

Применение разнообразных форм, средств и методов спортивной тренировки юных спортсменов позволяют тренерам-преподавателям МБОУ ДО «ДЮСШ» обеспечивать выполнение учебных программ по преподаваемым видам спорта в соответствии с учебным планом. Допускается сокращение обще годового объема учебно-тренировочной работы в учебно-тренировочных группах - до 25%.

График проведения учебно-тренировочных занятий на 2025/2026 учебный год утверждается администрацией спортивной школы, согласно поданных заявок тренеров-преподавателей по видам спорта МБОУ ДО «ДЮСШ».

Общегодовое расписание занятий утверждается в целях установления более благоприятного режима тренировок и отдыха занимающихся, с учетом обучения их в общеобразовательных школах и других учебных учреждениях.

Контроль за выполнением учебного плана возложен на администрацию МБОУ ДО «ДЮСШ».

Директор



О.В. Зятькова