

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа имени Станислава Леонидовича Поликарпова»

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1 от 28.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом И.о.директора  
МБУ ДО «Спортивная школа  
им. С.Л. Поликарпова»  
В.И. Шляхтович  
от 28 августа 2024 г. № 49/1



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
«Спортивная школа им. С.Л. Поликарпова»  
на 2024/2025 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа имени Станислава Леонидовича Поликарпова» (МБУ ДО «Спортивная школа им. С.Л.Поликарпова») составлен в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 24.10.2022 № 851 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 14.12.2022 № 1230 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол»», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14.

В МБУ ДО «Спортивная школа им. С.Л.Поликарпова» реализуются:

1. Дополнительная общеразвивающая программа «Лыжные гонки».
2. Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта «Лыжные гонки», «Футбол».

Нормативный срок освоения программ:

- общеразвивающая – 9 месяцев.
- спортивной подготовки – 8 лет.

Общий годовой объем учебных часов рассчитан для 52 учебных недель.

Этап начальной подготовки 1 и 2 года обучения – 312 часов (6 часов в неделю);

Этап начальной подготовки 3 года обучения – 416 часов (8 часов в неделю);

Учебно-тренировочный этап 1 года обучения – 520 часов (10 часов в неделю);

Учебно-тренировочный этап 2 года обучения – 624 часов (12 часов в неделю);

Форма промежуточной аттестации – контрольно-переводные испытания (выполнение контрольно-переводных нормативов).

Форма итоговой аттестации – контрольные испытания (выполнение контрольных нормативов).

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования  
«Спортивная школа имени Станислава Леонидовича Поликарпова» на 2024/2025

Дополнительные образовательные программы по видам спорта		СОГ	ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ					Итого
			Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап		
			1 год кол-во	2 год кол-во	3 год кол-во	1 год кол-во	2 год кол-во	
Лыжные гонки	кол-во групп	5	5	3	4	1	1	19
	ч/нед.	4	6	6	8	10	12	
	всего часов	20	30	18	32	10	12	102
Футбол	кол-во групп			2	1			3
	ч/нед.			6	8			
	всего часов			12	8			20
Итого	кол-во групп	5	5	5	5	1	1	20
	ч/нед.	4	6	6	8	10	12	
	всего часов	20	30	30	40	10	12	142

План учебного процесса на 2024/2025 учебный год  
вид спорта «Лыжные гонки»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки								
		Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	
		Недельная нагрузка в часах								
		6	6	8	10	12	16	16	18	20
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах								
		2	2	2	3	3	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)								
		12	12	12	10	10	10	10	10	4
		1.	Общая физическая подготовка	196	196	243	218	261	299	299
2.	Специальная физическая подготовка	56	56	104	156	187	266	266	299	384
3.	Спортивные соревнования (тестирование и контрольные)	2	2	5	12	12	83	83	93	121
4.	Техническая подготовка	48	48	50	93	112	100	100	112	124
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	6	6	8	20	24	41	41	66	62
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	5	10	19	19	19	21
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4	4	6	16	18	24	24	28	48
Общее количество часов в год		312	312	416	520	624	832	832	936	1040

План учебного процесса на 2024/2025 учебный год  
вид спорта «Футбол»

6.Годовой учебно-тренировочный план

№ п/ п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки		
		1 год обучения	2 год обучени я	3 год обучения
		Недельная нагрузка в часах		
		6	6	8
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах		
		2 часа		
		Наполняемость групп(человек)		
		14		
		1	Общая физическая подготовка	54
2	Специальная физическая подготовка	-	-	-
3	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	-
4	Техническая подготовка	143	143	181
5	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	6	6	8
6	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	9	9	9
7	Интегральная подготовка	100	100	148
Общее количество часов в год		312	312	416

