

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Спортивная школа имени Светланы Мироновой»
Томского района**

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
Протокол от 29.08.2025 № 5

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«СШ им. С. Мироновой»
Томского района

В.Н. Конев
Приказ от 01.09.2025 № 99/1

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к учебному плану МБОУ ДО «СШ им. С. Мироновой» Томского района**

Учебный план МБОУ ДО «СШ им. С. Мироновой» Томского района на 2025-2026 учебный год разработан в преемственности с учебным планом 2024-2025 уч. года.

МБОУ ДО «СШ им. С. Мироновой» Томского района (далее СШ) - профильное учреждение дополнительного образования, основной деятельностью которого является физическая и спортивная подготовка детей и подростков.

СШ осуществляет образовательную деятельность физкультурно – спортивной направленности, работает по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта:

1) дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности, направленные на физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте;

2) дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, которые направлены на физическое и нравственное развитие личности, выявление спортивно одаренных детей, профессиональную ориентацию для сферы физической культуры и спорта, на максимально возможные (высшие) достижения спортивного результата, подготовку спортивного резерва, зачисление в составы спортивных сборных команд Томской области, Российской Федерации;

3) дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Адаптивная физкультура», направленная на создание необходимых условий для личностного развития учащихся с ограниченными возможностями здоровья, позитивной социализации, удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в занятиях физической культурой; развитие и поддержку спортивно одаренных учащихся; обеспечение духовно-нравственного, гражданского, патриотического воспитания учащихся; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся с ОВЗ.

Образовательные программы, реализуемые в СШ, по группам видов спорта делятся на командные игровые (волейбол), циклические (лыжные гонки, полиатлон) и единоборства (тхэквондо (ВТ) - продолжим УТ занятия по возвращению тренера-преподавателя с СВО), по типу являются модифицированными.

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

Задачи спортивно-оздоровительного этапа:

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

Задачи начального этапа 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 подготовки:

- 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 % изменяется по годам обучения и рассчитывается по каждому виду спорта в соответствии с программой.

По сравнению с прошлым годом, в 2025-2026 уч. году общее количество часов в неделю не изменилось (293 ч), количество обучающихся (470 человек) сохранилось.

1. НОРМАТИВНЫЕ ОСНОВАНИЯ СОСТАВЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ПЛАНА.

Учебный план МБОУ ДО «СШ им. С. Мироновой» Томского района составлен на основе Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», в соответствии с:

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Федеральным законом от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226);
- приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Распоряжением Правительства РФ от 24.11.2020 N 3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций";
- Приказом Минспорта России от 30 октября 2015 г. № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;
- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «лыжные гонки», утвержденным приказом Минспорта России от 17.09.2022 № 733 (ред. от 20.06.2023);
- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «волейбол», утвержденный приказом Минспорта России от 15.11.2022 № 987;
- Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «полиатлон», утвержденный приказом Минспорта России от 23.11.2022 № 1064;
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП

2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Своеобразие учебного плана в том, что он:

- предлагает вариант соединения федерального, регионального и школьного компонентов содержания образования в дополнительном образовании;

- отражает приоритеты развития образовательного пространства в муниципальном образовании и Томской области, определяемые концепцией формирования регионального компонента образования;

- 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.

Учебный план выполняет следующие функции:

- Обеспечивает права обучающихся на дополнительное образование;
- Сохраняет единство образовательного пространства страны;
- Образовательный процесс осуществляется с валеологическими критериями и нормами;
- Удовлетворяет образовательные потребности обучающихся и родителей (законных представителей).

Ценностные ориентиры:

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

2. ПРОГРАММНО-ЦЕЛЕВЫЕ ОСНОВАНИЯ, ПОЛОЖЕННЫЕ В ОСНОВУ УЧЕБНОГО ПЛАНА.

Приоритетные направления развития образовательного процесса в СШ:

1. Развитие правовых механизмов, обеспечивающих образовательный процесс и реализацию образовательных программ.

2. Развитие процесса стандартизации в образовании как системного развития содержания образования.

3. Развитие механизмов, обеспечивающих роль и актуализацию профессионального потенциала педагогов, потенциала развития СШ.

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

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.

3. ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРЫ УЧЕБНОГО ПЛАНА.

Расчет часов и планирование исходят из продолжительности периода проведения учебно-тренировочных занятий, с началом учебного года 1 сентября:

✓ для обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам (за счет средств сертификата) - 43 недели непосредственно в условиях спортивной школы (до 28 июня 2026 г.);

✓ для обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам (по муниципальному заданию) - 43 недели непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 3 недели в условиях профильного лагеря, учебно-тренировочных сборов и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха (до 19 июля 2026 г.);

✓ для обучающихся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки – 46 недель в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель в условиях профильного лагеря, учебно-тренировочных сборов и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха (до 31 августа 2026 г.).

Количество тренировочных дней, учебных часов (академических по 60 мин. - по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и по 45 мин. – по дополнительным общеразвивающим программам) каждый тренер-преподаватель рассчитывает в зависимости от спортивной квалификации занимающихся и периода подготовки (начальный и тренировочный), составляя учебный план-график для каждой группы.

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.

В каникулярное время тренировочные занятия продолжаются, кроме того, открываются в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, для одарённых воспитанников проводятся учебно-тренировочные сборы.

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.

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПЛАНА

4.1. КАДРОВЫЕ.

В 2025-2026 учебном году педагогический процесс в СШ осуществляют 17 тренеров-преподавателей (7 – основных работников и 10 – совместителей), инструктор-методист и педагог-организатор; кроме того, штатный тренер-преподаватель Д.Ю. Гиро воюет на СВО.

18 чел. имеют высшее образование, 2 – среднее специальное; с высшей категорией 1 тренер-преподаватель и инструктор-методист, 1 «Заслуженный учитель России», с первой категорией – 6 человек, аттестованы на соответствие занимаемой должности 4 педагога, еще 4 педагога имеют квалификационные категории по должности учитель физической культуры (2 учителя имеют высшую кв. категорию и 2 первую).

4.2. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ.

В 2025-2026 учебном году СШ реализует:

➤ **дополнительные образовательные программы спортивной подготовки** (срок реализации 8 лет):

- «Волейбол» (для детей от 8 до 18 лет);
- «Лыжные гонки» (для детей от 9 до 18 лет);
- «Полиатлон» (для детей от 10 до 18 лет);

➤ **дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной**

направленности (для детей от 8 до 18 лет, срок реализации 10 месяцев; 4 ч/нед.):

- «Волейбол»;
- «Лыжные гонки»;
- «Адаптивная физическая культура»;

➤ **дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности** (для детей от 8 до 18 лет, срок реализации 11 месяцев; 6 ч/нед.):

- «Волейбол»;
- «Лыжные гонки»;

Прием детей на обучение проводится при наличии медицинского допуска.

СШ осуществляет образовательный процесс в соответствии с уровнями спортивной подготовки:

- спортивно-оздоровительный (нормативный срок освоения – 1 год);
для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки:
- *по лыжным гонкам и волейболу:*
- начальной подготовки (нормативный срок освоения - 3 года),
- учебно-тренировочный (нормативный срок освоения - 5 лет);
- *по полиатлону:*
- начальной подготовки (нормативный срок освоения - 2 года),
- учебно-тренировочный (нормативный срок освоения – 4 года).

Обязательным условием в преподавании является преемственность в обучении, которая выражается в последовательности и системности учебного материала, связи и согласованности ступеней и этапов учебно-воспитательной работы, а также при переходе от одного занятия к следующему, от одного года обучения к другому.

4.3. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ.

МБОУ ДО «СШ им. С. Мироновой» Томского района осуществляет образовательную деятельность на базе 13-ти средних общеобразовательных школ (на основании договоров безвозмездного пользования спортивными залами и инвентарем): в Моряковке, Зональном, Богашево, Рассвете, Рыбалово, Корнилово, Кисловке, Межениновке, Вершинино, Новорождественском, с. Томское, Калтае, Синем Утёсе.

Созданы хорошие условия для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований во всех структурных подразделениях по всем дисциплинам.

4.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ.

МБОУ ДО «СШ им. С. Мироновой» Томского района реализует дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта:

- дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности по лыжным гонкам, волейболу, тхэквондо (ВТ) и адаптивной физической культуре;
- дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по лыжным гонкам, полиатлону и волейболу.

Методическая работа направлена на совершенствование образовательного процесса, программ, форм и методов деятельности, профессионального мастерства педагогических работников.

Программное обеспечение отвечает целям и задачам деятельности СШ как пространства, на котором обучающимся создаются условия для укрепления здоровья, физического совершенствования, социальной адаптации, личностного развития, профессионального самоопределения

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по дополнительным программам в области физической культуры и спорта,
реализуемым в МБОУ ДО «СШ им. С. Мироновой» Томского района
в 2025 – 2026 учебном году

№ п/п	Наименование дисциплин (видов спорта)	Учебная нагрузка на этапах подготовки (кол-во часов в неделю)							
		Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки (52 нед./год)							
		Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап				
		НП-1 г. об.	НП-2 г. об.	НП-3 г. об.	УТ-1 г. об.	УТ-2 г. об.	УТ-3 г. об.	УТ-4 г. об.	УТ-5 г. об.
1.	Лыжные гонки, час/нед.	6	8	8	10	12	16	16	18
	<i>ИТОГО часов в год</i>	312	416	416	520	624	832	832	936
2.	Волейбол, час/нед.	6	8	8	10	12	12	16	18
	<i>ИТОГО часов в год</i>	312	416	416	520	624	624	832	936
3.	Полиатлон, час/нед.	8	9	не преду- смотрено	10	12	14	16	не преду- смотре но
	<i>ИТОГО часов в год</i>	416	468		520	624	728	832	
Дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности (для СО групп)									
	Наименование дисциплин (видов спорта)	Срок реализации – 43 нед.			Срок реализации – 46 нед.				
1.	Лыжные гонки, час/нед.	4			6	-			
2.	Волейбол, час/нед.	4			6	4			
3.	Адаптивная физическая культура, час/нед.	-			-	4			
	<i>ИТОГО часов в год по каждой программе</i>	172			276		184		