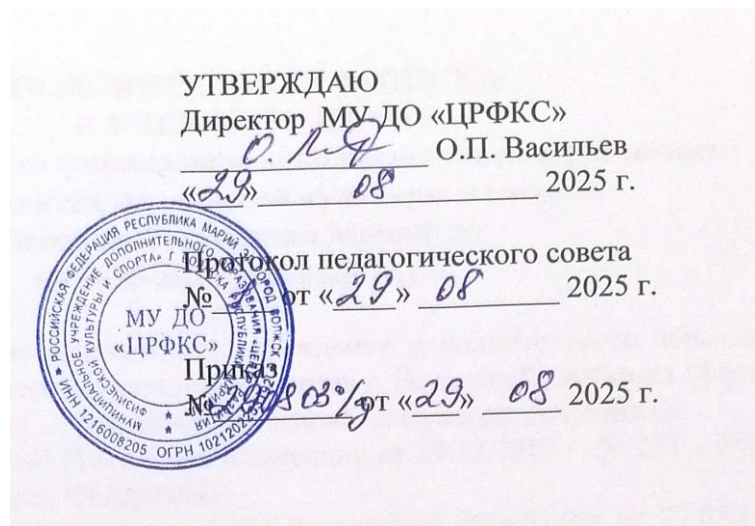




УЧЕБНЫЙ ПЛАН

муниципального учреждения дополнительного образования
«Центр развития физической культуры и спорта»
г. Волжска Республики Марий Эл
на 2025-2026 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К УЧЕБНОМУ ПЛАНУ
муниципального учреждения дополнительного образования
«Центр развития физической культуры и спорта»
г. Волжска Республики Марий Эл
на 2025-2026 учебный год**

Учебный план муниципального учреждения дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» г. Волжска Республики Марий Эл (далее - МУ ДО «ЦРФКС») разработан на основе следующих документов:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Устав МУ ДО «ЦРФКС».

Цель деятельности МУ ДО «ЦРФКС»: создание условий для реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта, оказание образовательных услуг, предусмотренных Уставом МУ ДО «ЦРФКС» в интересах личности, общества, государства.

Основные задачи учебно-воспитательной деятельности:

- вовлечение максимально возможного числа детей в систематические занятия спортом, выявление у них склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к занятиям спортом;
- создание благоприятных условий для повышения качества учебного процесса;
- формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, осуществление гармоничного развития личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;
- развитие и совершенствование уровня общей и специальной подготовленности на соответствующих этапах подготовки.

Приоритетными видами деятельности МУ ДО «ЦРФКС» являются:

- развитие мотивации личности каждого ребенка к систематическим занятиям спортом и удовлетворению потребностей населения в физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности;
- реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ по культивируемым в МУ ДО «ЦРФКС» видам спорта;
- участие обучающихся в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях различного уровня.

Основные направленности образовательной деятельности:

- отбор одаренных детей;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;

- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовка одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организация досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Режим функционирования:

Учебный план предусматривает работу в режиме 6-дневной учебной недели.

Режим функционирования МУ ДО «ЦРФКС» устанавливается в соответствии с СанПиН и Уставом образовательного учреждения.

Прием заявлений на обучение на 2025-2026 учебный год осуществляется с 25 августа по 31 ноября - для групп в рамках социального заказа (персонифицированного финансирования); с 25 августа по 31 декабря – для групп в рамках муниципального задания.

Утверждение контингента воспитанников производится приказом директора МУ ДО «ЦРФКС» ежегодно до 15 сентября.

МУ ДО «ЦРФКС» организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Начало и окончание учебного года в группах по видам спорта может отличаться и зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных соревнований, этапа спортивной подготовки и устанавливается для каждого вида спорта индивидуально.

В целях установления благоприятного режима занятий, отдыха обучающихся, обучения их в образовательном учреждении, расписание занятий составляется с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

МУ ДО «ЦРФКС» осуществляет учебный процесс, соответствующий 7-8 годам обучения в избранном виде спорта, обеспечивающий преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки спортсменов всех возрастных групп.

Перевод спортсменов в группы следующего года обучения производится при условии положительной динамики прироста спортивных показателей на основании результатов промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, а также по выполнению или подтверждению спортивных разрядов.

Учебный план предусматривает реализацию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности, учитывающих возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях избранным видом спорта.

Формы организации тренировочного процесса:

- учебные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях;
- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;

- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Продолжительность программ

Недельный режим учебной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки. Учебные занятия в отделениях по видам спорта проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 36 недель (***в рамках социального заказа***) и 42 недели (***в рамках реализации муниципального задания***) учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях учреждения.

Недельная нагрузка для учебных групп составляет:

- обучение по программе 1, 2, 3 и частично 4 года обучения ***в рамках социального заказа*** – 4 часа в неделю (144 часа в год), ***в рамках реализации муниципального задания*** – от 2 до 8 часов в неделю (72 - 336 часов в год);
- обучение по программе 4, 5 года обучения ***осуществляется в рамках реализации муниципального задания*** и предполагает реализацию программы по общей физической подготовке в объеме 6 часов в неделю (276 часов в год) и реализацию программы по технико-тактической (технической) подготовке в объеме 6 часов в неделю (276 часов в год);
- обучение по программе 6, 7, 8 года обучения ***осуществляется в рамках реализации муниципального задания*** и предполагает реализацию программы по общей физической подготовке в объеме 9 часов в неделю (414 часов в год) и реализацию программы по технико-тактической (технической) подготовке в объеме 9 часов в неделю (414 часов в год).

Продолжительность занятий

Максимально допустимая нагрузка в учебные дни составляет не более трех академических часов, в выходные и каникулярные дни – не более четырех академических часов в день. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха обучающихся в виде перерывов между упражнениями.

Количественный состав групп и возраст занимающихся определяется локальным актом учреждения.

Сетка часов на 2025-2026 учебный год (на 01.09.2025 г.)

Направленность дополнительного образования	Название детского объединения	Наименование ДООП	Вид занятий	Год обучения	Кол-во учебных часов в неделю на одну учебную группу		Количество учебных групп/ количество учащихся		Кол-во часов в неделю		Итого часов в неделю (общая нагрузка)	
					ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ
Физкультурно - спортивная	баскетбол	ДООП «Баскетбол»	групповые	3	4	-	1/16	-	4	-		
		ДООП «Баскетбол. Старт»		3	-	2	-	1/16	-	2		
		ДООП «Баскетбол. ОФП 4-5 г.о.»		5	-	6	-	1/20	-	6		
		ДООП «Баскетбол. ТТП 4-5 г.о.»		5	-	6	-	1/20	-	6		
	бокс	ДООП «Бокс»	групповые	2	-	4	-	1/13	-	4		
		ДООП «Бокс. Старт»		2	-	2	-	1/13	-	2		
		ДООП «Бокс. ОФП 6-8 год обучения»		6	-	9	-	1/10	-	9		
		ДООП «Бокс. ТТП 6-8 год обучения»		6	-	9	-	1/10	-	9		
		ДООП «Бокс. Совершенствование техники и тактики»	индивид.	6	-	2	-	1/2	-	2	0	26
	гребля на байдарках	ДООП «Гребля на байдарках и каноэ. ОФП 6-8 г.о.»	групповые	6	-	9	-	1/8	-	9		
		ДООП «Гребля на байдарках и каноэ. ТТП 6-8 г.о.»		6	-	9	-	1/8	-	9		

	Название детского объединения	Наименование ДООП	Вид занятий	Год обучения	Кол-во учебных часов в неделю на одну учебную группу		Количество учебных групп/ количество учащихся		Кол-во часов в неделю		Итого часов в неделю (общая нагрузка)	
					ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ
	греко- римская борьба	ДООП «Греко-римская борьба»	групповые	1	4	-	1/13	-	4	-		
		3		4	-	3/39	-	12	-			
		ДООП «Греко-римская борьба. Старт»		1	-	2	-	1/13	-	2		
		3		-	2	-	3/39	-	6			
		ДООП «Греко-римская борьба. ОФП 6-8 год обучения»		7	-	9	-	2/20	-	18		
		ДООП «Греко-римская борьба. ТТП 6-8 год обучения»		7	-	9	-	2/20	-	18		
											16	44
	дзюдо	ДООП «Дзюдо. 1-й г.о.»	групповые	1	4	-	1/16	-	4	-		
		ДООП «Дзюдо. 2-й г.о.»		2	4	-	1/14	-	4	-		
		ДООП «Дзюдо. 3-й г.о.»		3	4	4	3/46	1/14	12	4		
		ДООП «Дзюдо. Старт»		1	-	2	-	1/16	-	2		
				2	-	2	-	1/14	-	2		
				3	-	2	-	4/60	-	8		
		ДООП «Дзюдо. ОФП»		5	-	6	-	1/14	-	6		
		ДООП «Дзюдо. ТТП»		5	-	6	-	1/14	-	6		
										20	28	
	легкая атлетика	ДООП «Легкая атлетика. База»	групповы е	2	-	6	-	1/10	-	6		
		ДООП «Легкая атлетика. ОФП 6- 8г.о.»		6	-	9	-	1/8	-	9		
		ДООП «Легкая атлетика. ТТП 6-8 г.о.»		6	-	9	-	1/8	-	9		
											0	24

	Название детского объединения	Наименование ДООП	Вид занятий	Год обучения	Кол-во учебных часов в неделю на одну учебную группу		Количество учебных групп/ количество учащихся		Кол-во часов в неделю		Итого часов в неделю (общая нагрузка)												
					ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ											
	лыжные гонки	ДООП «Лыжные гонки»	групповые	1	4	4	1/15	1/20	4	4													
				2	4	4	1/14	1/12	4	4													
				3	4	-	1/20	-	4	-													
		ДООП «Лыжные гонки. Старт»		1	-	2	-	2/35	-	4													
				2	-	2	-	2/26	-	4													
				3	-	2	-	1/20	-	2													
		ДООП «Лыжные гонки. ОФП»		4	-	6	-	1/10	-	6													
				5	-	6	-	1/15	-	6													
		ДООП «Лыжные гонки. ТТП»		4	-	6	-	1/10	-	6													
	5		-	6	-	1/15	-	6															
											12	42											
	Художествен ная гимнастика	ДООП «Худож. гимнастика»	групповые	3	4	-	1/13	-	4	-													
				3	-	2	-	1/13	-	2													
				4	-	6	-	1/20	-	6													
				4	-	6	-	1/20	-	6													
		ДООП «Худож. гимнастика. ОФП 4-5 г.о.»																					
ДООП «Худож.гимнастика. ТТП 4-5 г.о.»																							ДООП «Худож. гимнастика. Композиционно- исполнительская подготовка»
		ДООП «Худож.гимнастика. ТТП 4-5 г.о.»																					
ДООП «Худож. гимнастика. Композиционно- исполнительская подготовка»													индивид.	4	-	2	-	1/1	-	2		4	16
	ДООП «Худож. гимнастика. Композиционно- исполнительская подготовка»	индивид.	4	-	2	-	1/1	-	2		4	16											

	Название детского объединения	Наименование ДООП	Вид занятий	Год обучения	Кол-во учебных часов в неделю на одну учебную группу		Количество учебных групп/ количество учащихся		Кол-во часов в неделю		Итого часов в неделю (общая нагрузка)	
					ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ
	футбол	ДООП «Футболик»	групповые	1	4	-	1/18	-	4	-		
		ДООП «Футболик. Старт»		1	-	2	-	1/18	-	2		
		ДООП «Футбол»		1	4	-	1/17	-	4	-		
				2	4	-	3/52	2/35	12	8		
				3	4	-	6/102	1/14	24	4		
				1	-	2	-	1/17	-	2		
		ДООП «Футбол. Старт»		2	-	2	-	5/87	-	10		
				3	-	2	-	7/116	-	14		
				4	4	-	3/64	-	12	-		
		ДООП «Футбол. ОФП 4-5 г.о.»		4	-	8	-	3/64	-	24		
		ДООП «Футбол. ТТП 4-5 г.о.»		7	-	9	-	1/20	-	9		
		ДООП «Футбол. ОФП 6-8 г.о.»		7	-	9	-	1/20	-	9		
		ДООП «Футбол. ТТП 6-8 г.о.»		8	-	9	-	1/16	-	9		
		ДООП «Футбол. ОФП 6-8 г.о.»		8	-	9	-	1/16	-	9		
	ИТОГО по учебному плану:							28/459	69/1010			112
							97/1469			424		

	Название детского объединения	Наименование ДООП	Вид занятий	Год обучения	Кол-во учебных часов в неделю на одну учебную группу		Количество учебных групп/ количество учащихся		Кол-во часов в неделю		Итого часов в неделю (общая нагрузка)	
					ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ	ПФ	не ПФ
	баскетбол (вакансия)	ДООП «Баскетбол»	групповые		-	6	-	6/90	-	36	-	36
	баскетбол (вакансия)	ДООП «Баскетбол. совершенствование техники»	индивид.		-	2	-	1/2	-	2	-	2
	футбол (вакансия)	ДООП «Футбол»	групповые		-	6	-	9/135	-	54	-	54
	волейбол (вакансия)	ДООП «Волейбол»	групповые		-	6	-	6/90	-	36	-	36
	бокс (вакансия)	ДООП «Бокс»	групповые		-	6	-	4/48	-	24		24
	художественн ая гимнастика (вакансия)	ДООП «Художественная гимнастика»	групповые		-	6	-	5/60	-	30		30
	гребля на байдарках и каное (вакансия)	ДООП «Гребля на байдарках и каное»	групповые		-	6	-	3/45	-	18	-	18
	ВСЕГО:										200	
	ИТОГО ПО ДОКУМЕНТУ:										624	

