

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
« Детско-юношеская спортивная школа № 1»**

Рассмотрена и принята
на педагогическом совете
от «26» августа 2025 г. протокол № 3

Утверждено
приказом МБУ ДО «ДЮСШ №1»
от «27» августа 2025 г. № 216-д
Директор Н.Г. Арсеньева

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

МБУ ДО «ДЮСШ №1»

на 2025 -2026 учебный год

Алексин

2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. Основные характеристики программы

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи программы
- 1.3. Организация образовательной деятельности
- 1.4. Ожидаемые результаты

2. Организационно-педагогические условия реализации программы

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Режим работы
- 2.3. Продолжительность учебно-тренировочных занятий
- 2.4. Порядок зачисления в ДЮСШ, условия перевода и обучения на на различных этапах спортивной подготовки
- 2.5. Порядок комплектования групп на различных этапах подготовки
- 2.6. Условия реализации программы
- 2.7. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы

3. Приложения

- | | |
|--------------|---|
| Приложение 1 | Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год. |
| Приложение 2 | Учебный план МБУ ДО «ДЮСШ №1» на 2025-2026 учебный год. |

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Настоящая образовательная программа (далее – Программа) - является локально-нормативным актом, определяющим направленность, объем, содержание и порядок организации образовательной деятельности в МБУ ДО «ДЮСШ №1» (далее - Учреждение).

Данная программа способствует организации образовательной деятельности в МБУ ДО «ДЮСШ №1» в соответствии с современными требованиями, целями и задачами дополнительного образования, его гармонизации, в интересах развития личности обучающихся.

Нормативно-правовая база образовательной программы:

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

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 25.05.2015 г. №996-р;

- Федеральный закон от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей";

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)");

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. №2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (раздел VI "Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи");

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 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";

- Федеральный закон от 30.04.2021 №127-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации";

- Устав МБУ ДО "ДЮСШ №1".

Школа осуществляет образовательную деятельность в соответствии с действующим законодательством РФ, лицензией серия 71Л01 № 0001907 от 19 августа 2015 года, №0133/02688 выдана Министерством образования Тульской области, Уставом МБУ ДО «ДЮСШ №1» и локальными нормативными актами.

Образовательная деятельность осуществляется на спортивных объектах, расположенных по адресам:

1. МБУ ДО "ДЮСШ №1" - ул. Пионерская, д. 8 и ул. Пионерская, д. 29 (лицензия).
2. МБОУ «СОШ №1»: г. Алексин, ул. 50 лет Октября, д. 10 (сетевой договор).
3. МБОУ «СОШ №2»: г. Алексин, ул. Дубравная, д. 32 (сетевой договор).
4. МБОУ «СОШ №3»: г. Алексин, ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 4 (лицензия).
5. МБОУ «СОШ №5»: г. Алексин, ул. Сосновая, д. 1 (лицензия).
6. МБОУ «СОШ №9»: г. Алексин, ул. Школьная, д. 4 (лицензия).
7. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №8», г. Алексин, ул. Октябрьская, д. 1-а (сетевой договор).
8. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №12», г. Алексин, ул.50 лет Октября, д. 14 (лицензия).
9. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №19», г. Алексин, ул. Вересаева, д. 3-а (сетевой договор).
10. МБОУ "СОШ №11": г. Алексин, ул. Баумана, д. 6 (сетевой договор).
11. МБОУ "Александровская СОШ №23": Алексинский район, д. Александровка, ул. Школьная, д. 8 (сетевой договор).
12. ФОК "Победа": г. Алексин, ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 5б (сетевой договор).

МБУ ДО «ДЮСШ №1» реализует дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта и образовательные программы спортивной подготовки.

Форма получения образования - очная.

Образование осуществляется на русском языке.

Образовательная Программа служит основой для эффективного построения образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным. Учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся и направлена на вовлечение детей и молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом, развитие мотивации личности к удовлетворению физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей, реализацию программ по физическому воспитанию.

Этапы подготовки и сроки освоения представлены в таблице:

№	Этап подготовки (уровень)	Направленность	Срок освоения
1	Спортивно-оздоровительный	Занятия физическими упражнениями для создания предпосылок для последующей спортивной специализации	1 год
2	Начальной подготовки	Базовая подготовка и определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации	до 4 лет
3	Тренировочный	Специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта	до 1 года

1.2. Цели и задачи программы

Основной целью дополнительного образования в МБУ ДО «ДЮСШ №1» является физическое воспитание и развитие личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта; отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки и достижения высоких спортивных результатов в избранном виде спорта.

Основные задачи:

- создание условий для развития массового детского и юношеского спорта;
- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, а также организацию свободного времени обучающихся;
- духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание обучающихся;
- приобретение знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности и в физическом совершенствовании;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе;
- совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования;
- укрепление взаимосвязей ДЮСШ с общеобразовательными школами города по вопросам организации массовой физкультурно-спортивной работы, оказание методической и практической помощи учителям физкультуры.

1.3. Организация образовательной деятельности

В 2025-2026 учебном году реализуются дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности по видам спорта:

Отделение	Реализуемые программы	Возраст учащихся по программе	Срок реализации
Баскетбол	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу для дошкольных образовательных учреждений (спортивно-оздоровительная группа)	5-7 лет	1 год
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу (спортивно-оздоровительная группа)	7-17	2 года
Волейбол	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу (спортивно-оздоровительная группа)	7-17 лет	1 год
Греко-римская борьба	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по греко-римской борьбе	10-17 лет	7 лет
Лёгкая атлетика	Дополнительная образовательная спортивной подготовки по легкой атлетике	9-17 лет	8 лет
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике (спортивно-оздоровительная группа)	6-18 лет	2 года

Самбо	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по самбо (спортивно-оздоровительная группа)	6-17 лет	1 год
Художественная гимнастика	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике (спортивно-оздоровительная группа)	5-17	1 год
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по художественной гимнастике	6-17 лет	8 лет
Каратэ кекусинкай	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по каратэ кекусинкай (спортивно-оздоровительная группа)	6-17 лет	1 год

Образовательная деятельность в 2025-2026 учебном году осуществляется по 5 видам спорта. Организация образовательного процесса в ДЮСШ осуществляется в очной форме и регламентируется годовым календарным графиком, учебными планами, расписанием учебных занятий. (Приложение 1 — 3).

Продолжительность учебного года 39 недель в спортивно-оздоровительных группах по общеразвивающим программам и 52 недели в группах начальной подготовки и группах учебно-тренировочного этапа по программам спортивной подготовки, из них - 42 учебных недели учебно-тренировочных занятий и в летний период дополнительно 10 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, тренировочных сборов и (или) самостоятельной работы обучающихся по индивидуальным планам подготовки. Оздоровительные лагеря спортивного профиля являются продолжением учебно-тренировочного процесса.

В учебном плане объем учебной нагрузки распределяется по годам и этапам обучения (подготовки), а также по видам спорта и используются следующие параметры:

Этап подготовки	Год обучения	Количество занятий в неделю	Максимальная продолжительность одного занятия (ак. часы)
Спортивно-оздоровительный	Весь период	до 3	до 2
Начальная подготовка	1 год	3	2
	2 год и свыше	4	2
Тренировочный этап	1 год обучения	4	3

1.4. Ожидаемые результаты

По итогам освоения дополнительной общеобразовательной программы по видам спорта, необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

На спортивно-оздоровительном этапе:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о избранном виде спорта;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в избранном виде спорта;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья.

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям избранным видом спорта;
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности, соответствующей избранному виду спорта;
- изучение правил безопасности при занятиях избранным видом спорта и успешное применение их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- выполнение контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки;
- участие в соревнованиях.

На учебно-тренировочном этапе:

- формирование устойчивого интереса к занятиям избранным видом спорта;
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности, соответствующей избранному виду спорта;
- изучение правил безопасности при занятиях избранным видом спорта и успешное применение их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- изучение основных методов саморегуляции и самоконтроля;
- овладение общими теоретическими знаниями о правилах избранного вида спорта; изучение антидопинговых правил;
- соблюдение антидопинговых правил; ежегодное выполнение контрольно-переводных нормативов (испытаний) по видам спортивной подготовки;
- участие в официальных соревнованиях.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации образовательного процесса в учебном году (Приложение 1).

Сроки начала и окончания учебного года

Образовательные программы, год подготовки	Начало и окончание учебного года	Продолжительность учебного года
Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы: - спортивно-оздоровительные группы (СОГ)	01.09.2025 г. – 31.05.2026 г.	39 учебных недель

Дополнительные программы спортивной подготовки: - группы начальной подготовки 1-3 (4) года обучения (НП) - учебно-тренировочные группы 1-го года обучения (УТ)	01.09.2025 г. – 31.08. 2026 г.	52 учебные недели: 42 учебных недели учебно-тренировочных занятий и в летний период дополнительно 10 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, тренировочных сборов и (или) самостоятельной работы учащихся по индивидуальным планам подготовки
--	--------------------------------	---

2.2. Режим обучения

Учебно-тренировочные занятия в 2025-2026 учебном году проводятся в следующем режиме: начало занятий не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 10-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов. Учебно-тренировочные занятия проводятся в очной форме в любой день недели, включая субботу, воскресенье и каникулярный период, согласно расписания.

Продолжительность рабочей недели тренеров-преподавателей составляет 36 часов в неделю, учебно-тренировочные занятия проводятся согласно расписания занятий. При введении режима ограничений, сохранения риска распространения вирусных инфекционных заболеваний может быть организована дистанционная форма обучения.

2.3. Продолжительность учебно-тренировочных занятий

№ п/п	Содержание	Этап подготовки	Продолжительность занятий в группах
1	Дополнительные общеразвивающие программы: - легкая атлетика; - баскетбол; - самбо; - каратэ кекусинкай; - художественная гимнастика; -волейбол	СОГ	не более 2 академических часов
2	Дополнительные программы спортивной подготовки: - легкая атлетика; - греко-римская борьба; - художественная гимнастика	НП 1-3 (4) года обучения УТ 1-го года обучения	не более 2 астрономических часов не более 3 астрономических часов

Продолжительность одного академического часа для детей от 5 до 6 лет, занимающихся в группах на базе дошкольных образовательных учреждений (по договору о сетевой форме реализации образовательных программ) составляет 25 минут и 30 минут, для детей в возрасте от 6 до 7 лет.

Для детей дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возраста (от 5 до 18 лет) продолжительность академического часа 45 минут (СО группах) и 60 минут (НП и УТ группах).

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МБУ ДО «ДЮСШ №1». Перерывы между занятиями составляют 5-10 минут. При введении режима ограничений, сохранения риска распространения вирусных инфекционных заболеваний может вводиться перерыв между занятиями 20 минут.

В каникулярное время по желанию родителей и обучающихся и личному заявлению тренера-преподавателя могут вноситься изменения в расписание учебно-тренировочных занятий.

2.4. Порядок зачисления в ДЮСШ, условия перевода и обучения на различных этапах спортивной подготовки

Обучение по общеобразовательным программам осуществляется на трех этапах – спортивно-оздоровительном, начальной подготовки, тренировочном этапе.

Минимальный возраст для зачисления в спортивно-оздоровительные группы 5 лет. Спортивно-оздоровительные группы формируются как из вновь зачисляемых в спортивную школу обучающихся, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта, не имеющие медицинских противопоказаний для занятия избранным видом спорта (предоставляется медицинская справка о допуске к занятиям в спортивной школе), по заявлению родителей (законных представителей).

Прием на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки осуществляется по письменному заявлению поступающих, достигших возраста 14 лет, или родителей (законных представителей) несовершеннолетних поступающих. При подаче заявления предоставляется медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки. На начальный и учебно-тренировочный этап спортивной подготовки в группы зачисляются дети, достигшие минимального возраста для зачисления в спортивную школу по избранному виду спорта, не имеющие медицинских противопоказаний для занятия избранным видом спорта и прошедшие индивидуальный отбор путем выполнения нормативов по общей физической и специальной физической подготовке по избранному виду спорта.

Формирования учебных групп 1-го года обучения для зачисления в МБУ ДО «ДЮСШ №1» до 15 октября.

2.5. Порядок комплектования групп на различных этапах подготовки

Группы комплектуются в отделениях ДЮСШ в соответствии с программными контрольно-переводными требованиями, которые включают в себя:

- минимальный возраст обучающегося,
- стаж занятий в ДЮСШ,
- уровень спортивной подготовки (спортивный разряд),
- выполнение контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП,
- участие в соревнованиях.

Обучающиеся, не выполнившие эти требования, на следующий год обучения не переводятся. Такие спортсмены могут, по решению педагогического совета Учреждения, продолжать обучение повторно, но не более одного раза на данном этапе подготовки.

2.6. Условия реализации программы

Учебный год в Учреждении регламентируется календарным учебным графиком. Образовательный процесс в Учреждении по данной Программе организуется на бесплатной основе в соответствии с муниципальным заданием на оказание муниципальных услуг (выполнение работ), утвержденным начальником Управления образования администрации

МО город Алексин. Организация образовательного процесса, сроки обучения регламентируются дополнительными общеобразовательными программами физкультурно-спортивной направленности.

2.6.1. Кадровое обеспечение программы

В 2025-2026 учебном году образовательная деятельность будут осуществлять 11 штатных тренеров-преподавателей, 3 совместителя, 3 тренера-преподавателя, работающих по совмещению. Среди педагогов высшую квалификационную категорию имеют 6 человек, 2 имеют звание «Отличник физической культуры и спорта», 1 – «Почётный работник общего образования», 1 – «Почётный работник сферы образования», 1 - "Мастер спорта России".

Отделение	Количество тренеров-преподавателей			Качественные характеристики тренерско-преподавательского состава										
	Штатные	Совместители	По совмещению	По уровню образования			Уровню квалификации				По стажу работы			
				Высшее	Ср. спец	Общее среднее	Высшая	Первая	Соответствие	Без категории	До 5 лет	6-15 лет	16-25 лет	Свыше 25 лет
Баскетбол	1	0	1	2	-	-	1	-	1	-	-	1	-	1
Волейбол	1	2	-	3	-	-	2	-	1	-	-	1	1	1
Греко-римская борьба	1	-	-	-	1	-	1	-	-	-	-	-	-	1
Лёгкая атлетика	4	-	1	4	1	-	3	1	-	1	1	-	1	3
Самбо	1	-	-	1	-	-	-	1	-	-	-	1	-	-
Художественная гимнастика	2	-	1	3	-	-	-	1	1	-	1	1	-	1
Кекусинкай	1	1	-	1	-	-	1	-	-	1	1	-	-	1
Всего:	11	3	3	14	2	-	8	3	3	2	3	4	2	8

2.6.2. Материально-техническая база.

Характеристика и описание зданий и территорий ДЮСШ

Здание Детско-юношеской спортивной школы №1 (Пионерская, д.29) размещено в административном здании на территории в 1505 кв.м. Введено в эксплуатацию в послевоенные годы, как спортивная школа функционирует с 1960 года. Конструктивно

здание в объемно-планировочном решении представляет собой одноэтажный объем прямоугольной конфигурации в плане и размерами 40.25м x17.60м, высота здания 4,80 м., общая площадь составляет 708.40 кв.м. Здание кирпичного исполнения, толщина наружных стен по периметру составляет 800 мм. Фундамент здания бутовый ленточный, стены кирпичные, перегородки кирпично-деревянные. Полы дощатые плиточные, оконные проемы двойные, глухие, дверные проемы - филенчатые, внутренняя отделка выполнена из оштукатуренных панелей. Кровля 4-х скатная, выполнена из шифера, по деревянным стропилам, находится в удовлетворительном состоянии. Под крышей расположено чердачное помещение с деревянным перекрытием. Выходы на кровлю выполнены через слуховые окна чердачного помещения. Входные двери двойные, двери внутри помещения деревянные, толщина которых составляет по 5 см.

Здание спортивной школы по адресу ул. Пионерская д.29 имеет 3 эвакуационных выхода, На территории имеется сарай размерами 12.70 м x 6.70м., высотой 2.30 м.

Здание Детско-юношеской спортивной школы №1 (Пионерская, д.8) является пристройкой к зданию Управления образования администрации МО город Алексин. Год постройки – 1966, как спортивная школа функционирует с 1980 года. Здание одноэтажное из красного кирпича с одним входом. Общая площадь здания 345,2 кв.м., строительный объём здания 3510,0м³, высота здания – 8.46 м. Перекрытия ж/бетонные пустотные плиты. Кровля здания совмещенная. Подвал и чердачное помещение в здании отсутствуют.

Здание спортивной школы по адресу ул. Пионерская д.8 имеет 2 эвакуационных выхода.

Спортивные залы ДЮСШ

Здание спортивной школы по адресу ул. Пионерская д.29 состоит из большого спортивного зала, площадь которого составляет 290 кв.м., малого спортивного зала 88 кв.м., и гимнастического зеркального зала 42.5 кв.м. на территории имеется яма для прыжков. Большой спортивный зал предназначен для учебно-тренировочных занятий. Оснащен беговой дорожкой длиной 30 м., ямой для прыжков в высоту, шведской стенкой со съемными перекладинами, скрытой соревновательной ямой для прыжков в длину с разбега, заполненной песком, акробатическими дорожками, а также тренажерным уголком со спортивными снарядами (штанга, гири, гантели, пьедестал почета). Малый спортивный зал оснащен теннисными столами и малой открытой тренировочной прыжковой ямой для прыжков в длину. Гимнастический зеркальный зал предназначен для занятий хореографией и оснащен станком для занятий хореографией и гимнастическими дорожками.

Здание спортивной школы по адресу ул. Пионерская д.8 состоит из большого спортивного зала, площадь которого составляет 277 кв.м., На территории имеется спортивная площадка. Большой спортивный зал предназначен для учебно-тренировочных занятий по баскетболу и волейболу.

В наличии имеется следующее оборудование по видам спорта:

-*Баскетбол* (фермы для баскетбольных счетов, щиты баскетбольные, мячи баскетбольные, настольное табло для ведения счета, сетка баскетбольная, табло судейское, форма баскетбольная 20 комплектов.).

-*Самбо* (мат борцовский 20 шт.).

- *Группы спортивного оздоровления* (штанга 7шт., байдарка 3шт., диски металлические 30шт., козел гимнастические 3шт. маты гимнастические 5шт., мешок спальный 13шт., молот спортивный 5шт., мостик спортивный 2шт., палатка туристическая 16шт., примус 1шт., стол теннисный 1шт., трапик туристический 10шт., тренажер 2шт.).

- *Художественная гимнастика* (магнитола 1шт., пылесос 1шт., ковролин, акробатическая дорожка, музыкальный центр, булавы, ковровая дорожка, мячи гимнастические, палочки для лент и т.д.).

-*Греко-римская борьба* (тренажер универсальный, тренажер для закачивания спины, тренажер для закачивания пресса, тренажер комбинированный, трико борцовское и т.д.).

-*Легкая атлетика* (барьеры 20шт., велотренажер, колодки стартовые, скамья, тренажер, борцовки, гантели, гири 10шт., гранаты тренировочные 16шт., медицинбол 20шт., палочки

эстафетные, пистолет стартовый, секундомер 9шт., фишки для разметки поля, ядра разные 20шт. и т.д.).

- ГТО (костровое оборудование 2 комплекта, МФУ 2шт., ноутбук 1шт., пылесос 1шт., палатки туристические 2 комплекта, обвязка туристическая 5 комплектов, стол судейский складной 5шт., стол судейский 4шт., стулья складные 10шт., стулья с обивкой 10шт.).
Оборудование кабинета врача (холодильник, кушетка, шкаф стеклянный, стол стеклянный, весы, тонометр, медикаменты).

Компьютеры и оргтехника (компьютер в сборе 3шт., принтер 6шт., ламинатор 1шт., ноутбук 2шт., экран 1шт., модем 2шт.).

Мебель (кресла офисные 3шт., пианино, компьютерный стол 2шт., телевизор, диван 3шт., приставка для компьютерного стола 1шт., сейф, стол однотумбовый 7шт., стол письменный 3шт., стол ученический 2шт., стул для посетителей 24шт., трюмо 1шт., шкаф для одежды 5шт., шкаф книжный 1шт., шкаф 3шт.).

Средства связи (телефон 5шт., телефон D-Link 2шт.).

Противопожарное оборудование (огнетушители 10шт.).

Помимо оборудования пожарной сигнализации в наличии имеется камера наблюдения.

В связи с недостаточным количеством собственных площадей, образовательная деятельность осуществляется в спортивных залах других образовательных учреждений, на условиях договоров безвозмездного пользования по адресам:

1. МБОУ «СОШ №1»: г. Алексин, ул. 50 лет Октября, д. 10, площадь большого спортивного зала 278,7 кв. м., малого спортивного зала 206,2 кв.м
2. МБОУ «СОШ №2»: г. Алексин, ул. Дубравная, д. 32, площадь спортивного зала 280,8 кв.м.
3. МБОУ «СОШ №3»: г. Алексин, ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 4, спортивный зал площадью 284,4 кв. м.
4. МБОУ «СОШ №5»: г. Алексин, ул. Сосновая, д. 1, спортивный зал площадью 269,1 кв. м .
5. МБОУ «СОШ №9»: г. Алексин, ул. Школьная, д. 4, спортивный зал площадью 183,8 кв. м.
6. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №8», г. Алексин, ул. Октябрьская, д. 1-а, площадь спортивного зала 62 кв. м.
7. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №12», г. Алексин, ул. 50 лет Октября, д. 14, спортивный зал площадью 50,2 кв. м.
8. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №19», г. Алексин, ул. Вересаева, д. 3-а, площадь спортивного зала 64 кв. м.
9. МБОУ "СОШ №11": г. Алексин, ул. Баумана, д. 6, площадь спортивного зала 330 кв. м
10. МБОУ "Александровская СОШ №23": Алексинский район, д. Александровка, ул. Школьная, д. 8, площадь спортивного зала 1008 кв. м.
11. ФОК "Победа": г. Алексин, ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 5б, площадь 1008 кв. м.

2.7. Система оценки достижения планируемых результатов освоения Программы

Система оценки достижения планируемых результатов освоения Программы строится на основании следующих показателей:

- анализ сохранности контингента обучающихся - контроль сохранности контингента осуществляется администрацией Учреждения;
- проведение промежуточной аттестации обучающихся (выполнение контрольно-переводных нормативов) в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной и итоговой аттестации обучающихся МБУ ДО "ДЮСШ №1";
- выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов - присвоение спортивных званий и разрядов осуществляется в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией (ЕВСК);

- мониторинг индивидуальных достижений обучающихся, анализ участия обучающихся в соревнованиях различных уровней производится в течение всего учебного года.

Приложение 1
к Образовательной программе

Календарный учебный график

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа №1»
на 2025-2026 учебный год

1. Общие положения

Календарный учебный график муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа №1» (далее – Учреждение) на 2025-2026 учебный год является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации образовательного процесса в учебном году.

Календарный учебный график составлен в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом Российской Федерации от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Уставом образовательного учреждения;
- Лицензией на право образовательной деятельности от 19.08.2015 г. № 0133/02688.

Календарный учебный график рассматривается на заседании педагогического совета и утверждается директором МБУ ДО «ДЮСШ №1». Изменения в календарный учебный график вносятся приказом директора МБУ ДО «ДЮСШ №1» по согласованию с педагогическим советом учреждения. Календарный учебный график в полном объеме учитывает индивидуальные, возрастные, психофизические особенности обучающихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья. МБУ ДО «ДЮСШ №1» в установленном законодательством Российской Федерации порядке несёт ответственность за реализацию в полном объеме дополнительных образовательных программ в соответствии с годовым календарным учебным графиком.

2. Образовательные программы.

МБУ ДО «ДЮСШ №1» осуществляет деятельность по дополнительным общеобразовательным программам физкультурно-спортивной направленности по видам спорта: лёгкая атлетика, баскетбол, волейбол, греко-римская борьба, самбо, художественная гимнастика, каратэ кекусинкай.

№ п/п	Содержание	Сроки
1	Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы: - легкая атлетика; - баскетбол; - волейбол - самбо; - каратэ кекусинкай; - художественная гимнастика	1 год

2	Дополнительные программы спортивной подготовки: - легкая атлетика; - греко-римская борьба; - художественная гимнастика	7-8 лет
---	---	---------

3. Сроки начала и окончания учебного года:

Занятия детей в учебных группах проводятся в очной форме по учебному плану

Образовательные программы, год подготовки	Начало и окончание учебного года	Продолжительность учебного года
Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы: - спортивно-оздоровительные группы (СОГ)	01.09.2025 г. – 31.05.2026 г.	39 учебных недель
Дополнительные программы спортивной подготовки: - группы начальной подготовки 1-3 (4) года обучения (НП) - учебно-тренировочные группы 1-го года обучения (УТ)	01.09.2025 г. – 31.08. 2026 г.	52 учебные недели: 42 учебных недели учебно-тренировочных занятий и в летний период дополнительно 10 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, тренировочных сборов и (или) самостоятельной работы учащихся по индивидуальным планам подготовки

4. Режим обучения.

Учебно-тренировочные занятия в 2025-2026 учебном году проводятся в следующем режиме: начало занятий не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 10-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов. Учебно-тренировочные занятия проводятся в очной форме в любой день недели, включая субботу, воскресенье и каникулярный период, согласно расписания.

Продолжительность рабочей недели тренеров-преподавателей составляет 36 часов в неделю, учебно-тренировочные занятия проводятся согласно расписания занятий. При введении режима ограничений, сохранения риска распространения вирусных инфекционных заболеваний может быть организована дистанционная форма обучения.

5. Продолжительность учебно-тренировочных занятий

№ п/п	Содержание	Этап подготовки	Продолжительность занятий в группах
1	Дополнительные общеразвивающие программы: - легкая атлетика; - баскетбол; - волейбол - самбо; - каратэ кекусинкай - художественная гимнастика	СОГ	не более 2 академических часов
2		НП 1-3 (4) года	не более 2

Дополнительные программы спортивной подготовки: - легкая атлетика; - греко-римская борьба; - художественная гимнастика	обучения УТ 1-го года обучения	астрономических часов не более 3 астрономических часов
---	--	--

Количество учебно-тренировочных занятий в неделю в спортивно-оздоровительных группах не более 3, в группах начальной подготовки не более 4, в учебно-тренировочных группах не более 5 занятий. Продолжительность учебно-тренировочного занятия исчисляется в академических часах в спортивно-оздоровительных группах, а в группах спортивной подготовки в астрономических часах и устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей детей, допустимой нагрузки обучающихся, с учетом санитарных норм и правил (СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (раздел VI "Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи").

Продолжительность одного академического часа для детей от 5 до 6 лет, занимающихся в группах на базе дошкольных образовательных учреждений (по договору о сетевой форме реализации образовательных программ) составляет 25 минут и 30 минут, для детей в возрасте от 6 до 7 лет.

Для детей дошкольного, младшего, среднего и старшего школьного возраста (от 5 до 18 лет) продолжительность академического часа 45 минут (СО группах) и 60 минут (НП и УТ группах).

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МБУ ДО «ДЮСШ №1». Перерывы между занятиями составляют 5-10 минут. При введении режима ограничений, сохранения риска распространения вирусных инфекционных заболеваний может вводиться перерыв между занятиями 20 минут.

В каникулярное время по желанию родителей и обучающихся и личному заявлению тренера-преподавателя могут вноситься изменения в расписание учебно-тренировочных занятий.

6. Уровни подготовки

Вид спорта	Этап подготовки	Возраст, лет	Минимальное кол-во	Кол-во часов в неделю	Требование на начало уч/г	Требование на конец уч/г
Баскетбол	СОГ	5-7	15	2	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	СОГ	7-17	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
Волейбол	СОГ	7-17	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
Греко-римская борьба	СОГ	6-17	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 1	7-8	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 2	8	15	8	Выполнение	б/р

					нормативов по ОФП	
	НП 3	9	15	8	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 4	10	15	8	Выполнение нормативов по ОФП	1,2, 3 юн. разряд
Каратэ кекусинкай	СОГ	6-18	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
Самбо	СОГ	6-17	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
Легкая атлетика	СОГ	5-7	15	2	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	СОГ	6-18	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 1	9	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 2	10	15	8	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 3	11	15	8	Выполнение нормативов по ОФП	1,2, 3 юн. разряд
Художественная гимнастика	СОГ	5-18	15	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 1	6	12	6	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 2	7	12	8	Выполнение нормативов по ОФП	б/р
	НП 3	8	12	8	Выполнение нормативов по ОФП	1,2,3 спорт. разряд
	УТ 1	8	10	12	Выполнение нормативов по ОФП	1,2,3 спорт. разряд

7. Места проведения занятий

МБУ ДО «ДЮСШ №1» осуществляет свою деятельность на объектах собственности, используемых им на основе заключенных договоров безвозмездного пользования по адресам:

1. МБУ ДО "ДЮСШ №1" - ул. Пионерская, д. 8 и ул. Пионерская, д. 29 (лицензия).
2. МБОУ «СОШ №1»: г. Алексин, ул. 50 лет Октября, д. 10 (сетевой договор).
3. МБОУ «СОШ №2»: г. Алексин, ул. Дубравная, д. 32 (сетевой договор).
4. МБОУ «СОШ №3»: г. Алексин, ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 4 (лицензия).
5. МБОУ «СОШ №5»: г. Алексин, ул. Сосновая, д. 1 (лицензия).

6. МБОУ «СОШ №9»: г. Алексин, ул. Школьная, д. 4 (лицензия).
7. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №8», г. Алексин, ул. Октябрьская, д. 1-а (сетевой договор).
8. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №12», г. Алексин, ул. 50 лет Октября, д. 14 (лицензия).
9. МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №19», г. Алексин, ул. Вересаева, д. 3-а (сетевой договор).
10. МБОУ "СОШ №11": г. Алексин, ул. Баумана, д. 6 (сетевой договор).
11. МБОУ "Александровская СОШ №23": Алексинский район, д. Александровка, ул. Школьная, д. 8 (сетевой договор).
12. ФОК "Победа": г. Алексин, ул. 50 лет ВЛКСМ, д. 5б (сетевой договор).

8. Перечень проводимых мероприятий для обучающихся

Спортивно-массовые мероприятия, соревнования и турниры согласно утвержденного календарного плана спортивно-массовых мероприятий.

9. Аттестация обучающихся.

Промежуточная аттестация обучающихся ДЮСШ проводится в форме:

- контрольных нормативов при приеме в ДЮСШ (входящий контроль) - сентябрь;
- контрольно-переводных нормативов - май-июнь (годовой контроль);
- индивидуальных выступлений на соревнованиях - на следующий день (текущий контроль);
- выполнения спортивных разрядов - в течение года (текущий контроль);
- перевод, повторное обучение, отчисление и выпуск обучающихся - июнь.

Итоговая аттестация с обучающимися, освоившими полный курс общеобразовательной программы по виду спорта и успешно прошедшие промежуточную аттестацию.

10. Родительские собрания

Проводятся общие родительские собрания в ДЮСШ, родительские конференции, собрания совета родителей, родительские собрания по отделениям и в учебных группах, по усмотрению тренеров-преподавателей не реже двух раз в год.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МБУ ДО «ДЮСШ №1» на 2025–2026 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план является выражением государственной, региональной и школьной политики в образовании.

Он определяет и раскрывает содержание образовательного процесса в детско-юношеской спортивной школе. МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа №1» реализует общеобразовательные программы, обеспечивающие личностно-ориентированное развитие детей и подростков в сфере физической культуры и спорта, учитывающие индивидуальные и физические возможности каждого. Являясь учреждением дополнительного образования, ДЮСШ призвана способствовать самосовершенствованию детей, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям и этапу обучения.

Учебный план разработан на основании нормативных документов:

- Закона РФ « Об образовании » от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Закона РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12. 2007 г. № 329-ФЗ;
- Устава МБУ ДО «ДЮСШ №1»;
- Приказом Министерства спорта РФ от 27.01.2023 № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»,
- приказа Министертсва спорта РФ от 03.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»,
- федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта,
- примерных программ спортивной подготовки,
- приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и нормативов к составлению Учебного плана (объем учебно-тренировочных занятий для обучающихся разных возрастных групп, продолжительность перерывов между занятиями, максимальный режим учебно-тренировочной работы в неделю по годам обучения

Цели:

1. Основной целью учебного плана является реализация общеобразовательных программ дополнительного образования;
2. Обеспечение необходимых условий, способствующих максимальному развитию личности ребенка через учебно-тренировочный процесс:
 - а) гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся;
 - б) для развития личности, ее самореализации и самоопределения;

- в) для воспитания гражданственности, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье;
- г) для социальной поддержки подростков и молодежи.

Образовательная деятельность осуществляется среди детей и подростков с 5 до 18 лет в режиме 6-дневной рабочей недели. МБУ ДО «ДЮСШ №1» организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Учебный год в МБУ ДО «ДЮСШ №1» начинается 1 сентября. Учебный план рассчитан на 39 недель в спортивно-оздоровительных группах по общеразвивающим программам и 52 недели в группах начальной подготовки и группах учебно-тренировочного этапа по программам спортивной подготовки, из них - 42 учебных недели учебно-тренировочных занятий и в летний период дополнительно 10 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, тренировочных сборов и (или) самостоятельной работы обучающихся по индивидуальным планам подготовки. Оздоровительные лагеря спортивного профиля являются продолжением учебно-тренировочного процесса.

Учебно- тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию учреждения.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные занятия и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях и матчевых встречах,
- участие в учебно-тренировочных сборах в течение учебного года, в условиях ДЮСШ или выездные учебно-тренировочные сборы;
- спортивно-оздоровительная работа;
- инструкторская и судейская практика.

Учебный план складывается из трех преемственно связанных между собой этапов:

- спортивно-оздоровительный (СОГ) – весь период обучения
- этап начальной подготовки (НП) - до 4 лет
- учебно-тренировочный (УТ) - до 1 года.

Учебный план содержит разделы:

- наименование,
- уровень реализации и направленность действующих дополнительных общеобразовательных программ в учреждении;
- сроки их реализации;

- уровни обучения и количество занимающихся в группах (согласно календарного учебного графика);
- количество учебных часов в неделю и год.

В ДЮСШ обучение проводится по видам спорта :

- легкая атлетика
- баскетбол
- волейбол
- художественная гимнастика
- самбо
- карате кекусинкай
- греко-римская борьба

(согласно лицензионного перечня образовательных услуг учреждения, дающего право на ведение образовательной деятельности).

<i>ФИО тренера-преподавателя</i>	<i>Название программы</i>	<i>Направленность</i>	<i>Срок реализац ии</i>	<i>Кол-во учащихся в группе</i>	<i>Год обучения</i>	<i>Количество часов</i>	
						<i>в год</i>	<i>в неделю</i>
Отделение «Легкая атлетика»							
Еремина Ирина Васильевна	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Легкая атлетика»	Физкультурно-спортивная	1-3 года	15	НП 2	416	8
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике для дошкольных образовательных учреждений	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике для дошкольных образовательных учреждений	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2
	Итого			45			572
Карамов Павел	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2

Сергеевич	атлетике для дошкольных образовательных учреждений						
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике для дошкольных образовательных учреждений	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике	Физкультурно-спортивная	1-3 года	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике	Физкультурно-спортивная	1-3 года	15	СОГ	234	6
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Легкая атлетика»	Физкультурно-спортивная	1-3 года	15	НП 3	416	8
	Итого			75		1040	24
	Кирьянов Николай Николаевич	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике		Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
Итого				30		468	12
Муругова Надежда	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6

Семеновна	атлетике						
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Легкая атлетика»	Физкультурно-спортивная	1-3 года	15	НП 1	312	6
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Легкая атлетика»	Физкультурно-спортивная	1-3 года	15	НП 2	416	8
	Итого			45		962	20
Колосович Ирина Олеговна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по легкой атлетике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Итого			15		234	6
Отделение "Игровые вида спорта"							
Кузнецова Юлия Владимировна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Итого			45		702	18
Петрук Елена Анатольевна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу для дошкольных	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2

	образовательных учреждений							
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу для дошкольных образовательных учреждений	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2	
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу для дошкольных образовательных учреждений	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2	
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу для дошкольных образовательных учреждений	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	78	2	
	Итого			60			312	8
Вакансия	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по баскетболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6	
	Итого			15			234	6
Петрук Андрей Анатольевич	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6	
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6	

	волейболу							
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15		СОГ	234	6
	Итого			45			702	18
Мелкозёрова Наталья Евгеньевна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15		СОГ	234	6
	Итого			15			234	6
Селицкая Валентина Владимировна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по волейболу	Физкультурно-спортивная	1 год	15	С	СОГ	234	6
	Итого			15			234	6
Отделение «Единоборств»								
Колганов Олег Васильевич	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по греко-римской борьбе	Физкультурно-спортивная	1 год	15		СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по греко-римской борьбе	Физкультурно-спортивная	1 год	15		СОГ	234	6
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Греко-римская борьба»	Физкультурно-спортивная	1-4 года	15		НП 2	416	8

	Итого			45		884	20
Доронина Насиба Алишеровна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по самбо	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по самбо	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по самбо	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Итого			45		702	18
Другие виды спорта							
Моисеев Александр Николаевич	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по каратэ кекусинкай	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Итого			15		234	6
Володин Валерий Иванович	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по каратэ кекусинкай	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по каратэ кекусинкай	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Итого			30		468	12
Отделение «Художественная гимнастика»							

Прилипухова Жанна Сергеевна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Итого			15		234	6
Юрьева Наталья Евгеньевна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Художественной гимнастике»	Физкультурно-спортивная	1-5 лет	10	УТ 1	624	12
	Итого			22		858	18
Дмитриева Рината Ильдаровна	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике	Физкультурно-спортивная	1 год	15	СОГ	234	6
	Итого			45		702	18
Итого				<i>Общее кол-во обуч-ся</i>	<i>Общее кол-во групп</i>		<i>Всего часов тренерс</i>

							<i>кой нагрузки</i>
				625	42	9776	234

УЧЕБНЫЕ ПЛАНЫ

отделений МБУ ДО «ДЮСШ №1» на 2025-2026 учебный год

1. Отделение "Игровые вида спорта"

Баскетбол

1.1. Спортивно-оздоровительный этап

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1	Теоретическая подготовка	6
2	Общая физическая подготовка.	92
3	Специальная физическая подготовка.	52
4	Техническая подготовка	40
5	Тактическая подготовка	20
6	Игровая подготовка	18
7	Контрольные нормативы	6
Всего часов		234

1.2. Спортивно-оздоровительный этап (детский сад)

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1	Теоретическая подготовка	4
2	Общая физическая подготовка.	30
3	Специальная физическая подготовка.	16
4	Техническая подготовка	14
5	Тактическая подготовка	6
6	Игровая подготовка	6
7	Контрольные нормативы	2
Всего часов		78

Волейбол

Спортивно-оздоровительный этап

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1	Теоретическая подготовка	6
2	Общая физическая подготовка.	92
3	Специальная физическая подготовка.	52
4	Техническая подготовка	40
5	Тактическая подготовка	20
6	Игровая подготовка	18
7	Контрольные нормативы	6
Всего часов		234

2. Отделение единоборств (греко-римская борьба)

2.1. Дополнительная программа спортивной подготовки

№п/п	Содержание материала	Этап начальной подготовки			
		НП-1	НП-2	НП-3	НП-4
		Недельная нагрузка в часах			
		6	8	8	8
1.	Общая физическая подготовка	180	240	240	240
2.	Специальная физическая подготовка	52	70	70	70
3.	Участие в спортивных соревнованиях	2	2	2	2
4.	Техническая подготовка	18	25	25	25
5.	Тактическая подготовка	28	38	38	38
6.	Теоретическая подготовка	14	15	15	15
7.	Психологическая подготовка	8	10	10	10
8.	Тестирование и контроль	3	3	3	3
9.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	3	3	3
10.	Восстановительные мероприятия	4	10	10	10
Общее количество часов в год		312	416	416	416

2.2. Спортивно-оздоровительный этап

№ п/п	Виды подготовки	Кол-во часов
1	Теоретическая подготовка	10
2	Общая физическая подготовка	80
3	Специальная физическая подготовка	28
4	Технико-тактическая подготовка	40
5	Контрольные испытания	6
6	Подвижные игры, эстафеты	70
Всего часов		234

3. Отделение легкой атлетики

3.1. Спортивно-оздоровительный этап

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1	Теоретическая подготовка	8
2	Общая физическая подготовка:	158
	• Строевые упражнения ОРУ	28
	• Гимнастические упражнения	10
	• Спортивные игры	70
	• Подвижные игры и эстафеты	50
	• Легкоатлетические упражнения	в процессе занятий

3	Специальная физическая подготовка	40
4	Техническая подготовка	20
4	Участие в спортивных мероприятиях	6
5	Зачетные и контрольные требования	2
Всего часов		234

3.3. Спортивно-оздоровительный этап (детский сад)

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1	Теоретическая подготовка	4
2	Общая физическая подготовка:	58
	• Строевые упражнения ОРУ	6
	• Гимнастические упражнения	4
	• Легкоатлетические упражнения	12
	• Спортивные игры	16
	• Подвижные игры и эстафеты	20
3	Специальная физическая подготовка	10
4	Участие в спортивных мероприятиях	4
5	Зачетные и контрольные требования	2
Всего часов		78

3.4. Дополнительная программа спортивной подготовки

№п/п	Содержание материала	Этап начальной подготовки		
		НП-1	НП-2	НП-3
		Недельная нагрузка в часах		
		6	8	8
1.	Общая физическая подготовка	204	248	248
2.	Специальная физическая подготовка	30	50	50
3.	Техническая подготовка	44	68	68
4.	Тактическая подготовка	10	12	12
5.	Теоретическая подготовка	10	10	10
6.	Психологическая подготовка	6	10	10
7.	Тестирование и контроль	4	6	6
8.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	2
9.	Участие в спортивных соревнованиях	2	10	10
Общее количество часов в год		312	416	416

4. Отделение единоборств (самбо)

4.1. Спортивно-оздоровительный этап

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1	Теоретическая подготовка	16
2	Общая физическая подготовка.	133
3	Специальная физическая подготовка.	65

4	Психологическая подготовка	10
5	Контрольные испытания	6
6	Соревнования	4
Всего часов		234

5. Отделение художественной гимнастики

5.1 Спортивно-оздоровительный этап

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1.	Теоретическая подготовка	9
2.	Общая физическая подготовка	46
3.	Специальная физическая подготовка	41
4.	Хореографическая подготовка	27
5.	Акробатическая подготовка	15
6.	Техническая - без предмета	27
7.	Техническая - скакалка	22
8.	Техническая - обруч	17
9.	Техническая - мяч	18
10.	Восстановительные мероприятия	4
11.	Участие в соревнованиях	4
12.	Медицинское обследование	2
13.	Контрольные испытания	2
Всего часов		234

5.2 Дополнительная программа спортивной подготовки

№п/п	Содержание материала	Этап начальной подготовки		
		НП-1	НП-2	НП-3
		Недельная нагрузка в часах		
		6	8	8
1.	Общая физическая подготовка	125	146	146
2.	Специальная физическая подготовка	76	87	87
3.	Техническая подготовка	87	146	146
4.	Тактическая подготовка	1	1	1
5.	Теоретическая подготовка	7	6	6
6.	Психологическая подготовка	1	1	1
7.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	4	4	4
8.	Восстановительные мероприятия	3	4	4
9.	Участие в спортивных соревнованиях	6	17	17
10.	Тестирование и контроль	2	4	4
Общее количество часов в год		312	416	416

6. Каратэ

6.1 Спортивно-оздоровительный этап

№ п/п	Содержание материала	Количество часов в год
1.	Теоретическая подготовка	9
2.	Общая физическая подготовка	140
3.	Специальная физическая подготовка	50

4.	Технико-тактическая подготовка	30
5.	Соревновательная подготовка	2
6.	Контрольно-переводные нормативы	1
7.	Медицинский контроль	2
Всего часов		234