

Утверждаю:
И.о. директора МКУ ДО «ДООЦ»
Ю.В. Лютоева
Приказ № 161
«01» сентября 2025 г.

Учебный план

Муниципальное казённое учреждение
дополнительного образования
«Детский оздоровительно – образовательный центр»
на 2025/2026 учебный год.

г. Бодайбо 2025 год

1. Пояснительная записка

Учебный план сформирован на основе:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 года № 196
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 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»
- Постановление Правительства РФ от 18 сентября 2020 года № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности»
- Устава Муниципального казённого учреждения дополнительного образования «Детский оздоровительно-образовательный центр», утвержденного приказом «11» декабря 2022г. № 925.

Учебный план является основным финансовым документом, на его основе составляется тарификация тренеров-преподавателей и планируется бюджет учреждения. Настоящий учебный план составлен с учетом интересов обучающихся, запросов родителей, имеющегося кадрового потенциала, возможностей материально-технической базы МКУ ДО «ДООЦ» на основе общеразвивающих программ по видам спорта.

Учебный план направлен на реализацию цели: Укрепление здоровья, вовлечение детей в систематические занятия физической культурой и спортом, развитие всесторонне гармонично развитой личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения, выявление талантливых детей.

Учебный план направлен на реализацию следующих задач, стоящих перед педагогическим коллективом:

1. Формировать и развивать творческие способности обучающихся;
2. Удовлетворять индивидуальные потребности обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
3. Формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укреплять здоровье обучающихся;
4. Обеспечить духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, военно-патриотическое, трудовое воспитания обучающихся;
5. Выявлять, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
6. Формировать профессиональную ориентацию обучающихся;
7. Создать и обеспечить необходимые условия для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся. Социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
8. Формировать общую культуру обучающихся.

При планировании деятельности по выполнению учебного плана тренерами-преподавателями используются следующие принципы организации учебно-тренировочного процесса:

1. Дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, помогающая подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;

2. Система занятий учебно-воспитательного характера должна являться источником положительных эмоций, удовлетворения, радости и т.д.

2. Календарный учебный план

Учебный план разработан для шестидневной рабочей недели, с одним выходным днём. Учебный процесс начинается в 8-00 и заканчивается не позднее 21-00 (для обучающихся 16-18 лет). Образовательная деятельность осуществляется в течение всего календарного года, включая каникулярное время, в летний период (июнь) организовывается ЛДП, ЛТО для обучающихся на базе МКУ ДО «ДООЦ».

Основными формами учебно-воспитательного процесса являются:

1. Учебно-тренировочные занятия;
2. Медико-восстановительные мероприятия;
3. Тестирование и методический контроль;
4. Участие в соревнованиях;
5. Судейская и инструкторская практика.

№	Секция	ФИО тренера-преподавателя	Год обучения	Кол-во групп	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Кол-во часов в год	Кол-во детей
1.	Баскетбол	Куров И.Н.	СО	2	12	42	504	30
2.	Волейбол	Осипова О.М.	СО	2	12	39	468	30
		Прус А.Т.	СО	2	12	42	504	30
3.	Русская лапта	Прус А.Т.	СО	1	3	42	126	15
4.	Футбол	Тарасов В.С.	СО	2	12	42	504	30
		Прус И.С.	СО	3	18	42	756	45
		Алякринский Е.М.	СО	3	14	42	588	45
		Кактояков С.И.	СО	1	6	39	234	15
5.	Лыжные гонки	Гельванов В.С.	СО	2	6	42	252	30
6.	Хоккей с мячом	Тарасов В.С.	СО	2	12	42	504	30
7.	Плавание	Болдырева Л.Н.	СО	6	36	42	1512	90
8.	Рукопашный бой	Кактояков С.И.	СО	1	6	39	234	15
9.	Ура, в поход	Мельничук И.В.	СО	1	2	39	234	15
10.	Фитнес KIDS	Ленкова Е.А.	СО	2	4	42	168	15
11.	Пауэрлифтинг	Ленкова Е.А.	СО	1	6	42	252	15
12.	Настольный теннис	Карелин Ю.В.	СО	1	6	42	252	15
13.	ОФП	Куров И.Н.	СО	2	12	42	504	30
		Осипова О.М.	СО	1	1	39	39	15
14.	Юный спортсмен	Осипова О.М.	СО	1	2	39	78	15
15.	Волейбол для взрослого населения	Кактояков С.И.		1	4	39	156	15
16.	Итого			37	186	819	7869	555

В соответствии со спецификой образовательной деятельности МКУ ДО «ДООЦ», общеобразовательная программа имеет спортивно-оздоровительный этап и рассчитана на весь период обучения.

Этап реализации общеразвивающей программы.	Характеристика общеобразовательного процесса на данном этапе.
Спортивно-оздоровительный (спортивно-оздоровительный этап - СОЭ). Срок реализации - весь период	Привлечение к занятиям оздоровительными физическими упражнениями детей, подростков и молодежи и проведение данных занятий для достижения физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности, необходимых

	им для подготовки к общественно полезной деятельности и дальнейшим занятиям спортом.
--	--

Обучение организовано по физкультурно-спортивному направлению:

Направления	Вид спорта	Нормативный срок освоения
Физкультурно-спортивное	Баскетбол	Весь период
	Волейбол	Весь период
	Русская лапта	Весь период
	Футбол	Весь период
	Юный спортсмен	Весь период
	Хоккей с мячом	Весь период
	Лыжные гонки	Весь период
	Плавание	Весь период
	Фитнес KIDS	Весь период
	Пауэрлифтинг	Весь период
	Настольный теннис	Весь период
	Ура, в поход	Весь период
	Рукопашный бой	Весь период
	ОФП (общая физическая подготовка)	Весь период

3. Календарный учебный график

1. Продолжительность учебного года:

Начало учебного года 01.09; окончание учебного года 30.06. Начало учебных занятий 01.09.

Учреждение организует работу с обучающимися в течение 10 месяцев. Продолжительность учебного года для штатных тренеров-преподавателей 42 недели тренировочных занятий в условиях дополнительного образования и летнего оздоровительного лагеря. Для тренеров-преподавателей, работающих по совместительству - 39 недель тренировочных занятий в условиях дополнительного образования.

Утверждение контингента обучающихся, количество групп и годового расчета учебных часов производится ежегодно до 1 октября.

Этап подготовки	I полугодие	II полугодие	Летние каникулы
СОЭ	01.09-31.12	02.01 -30.06	01.07- 31.08

Этапы образовательного процесса	Спортивно-оздоровительный этап СОЭ
Начало учебного года	01 сентября
Продолжительность учебного года	39 недель, 42 недели
Продолжительность учебной недели	Шестидневная рабочая неделя, с одним выходным днем (в зависимости от учебной нагрузки по видам спорта и этапу спортивной подготовки)
Продолжительность занятия	45 мин.
Промежуточная и итоговая аттестация	Сдача контрольных нормативов - сентябрь-октябрь Сдача контрольно-переводных нормативов - май
Окончание учебного года 39 недель, 44 недели	31 мая, 30 июня.
Каникулы летние	Занятия по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха.

2. Регламент образовательного процесса:

Режим функционирования Учреждения устанавливается шестидневный, продолжительность ежедневных занятий регламентируется этапом подготовки. Максимальная недельная тренировочная нагрузка на спортивно-оздоровительном этапе (СОЭ) - 6 академических часов.

3. Режим занятий

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МКУ ДО «ДООЦ».

Продолжительность учебного занятия 45 минут - 1 академический час. Продолжительность одного занятия в группах спортивно-оздоровительной направленности не превышает двух академических часов. Перерыв между занятиями в группах 10 минут. Тренировочные занятия проводятся с 8.00 ч до 21.00 ч, согласно расписанию, утвержденного руководителем.

В каникулярное время занятия в секциях проводятся в соответствии с календарно-тематическим планированием, допускается изменение форм и расписания.

4. Итоговая аттестация

Проводится в мае по результатам соревнований и сдачи контрольно- переводных нормативов, разработанных на основании программ по видам спорта.

5. Педагогический совет

Проводится не реже 2 раз в течение учебного года.

6. Родительские собрания

Проводятся в спортивных секциях по усмотрению тренера-преподавателя не реже двух раз в год.

7. Общее собрание трудового коллектива

По мере необходимости, но не реже 2 раз в год.

8. Режим работы:

У административных работников - пятидневная 40 часовая (для мужчин) рабочая неделя (с 08.00 до 17.00, обед с 12.00 до 13.00). пятидневная 36 часовая (для женщин) рабочая неделя (с 08.00 до 16.12, обед с 12.00 до 13.00). Выходные дни суббота, воскресенье.

Тренеров-преподавателей - согласно тарификации и утвержденного расписания занятий.

4. Промежуточная (годовая) аттестация обучающихся

Промежуточная (годовая) аттестация учащихся включает в себя годовое оценивание результатов обучения и проходит в два этапа.

Первый этап - тестирование, собеседование, контрольные срезы и др.

Проверку уровня теоретической подготовки проводят тренеры-преподаватели в своих объединениях на итоговых занятиях.

Второй этап - участие в мероприятиях: областные соревнования, региональные соревнования, спортивные соревнования согласно плана МКУ ДО «ДООЦ» и др.

Сроки проведения: май.

Общее руководство промежуточной (годовой) аттестацией учащихся осуществляет аттестационная комиссия, утвержденная приказом директора в составе: директор, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, тренер-преподаватель.

5. Направление работы

Физкультурно-спортивное направление:

1. Отделение баскетбола.

- постепенный переход от обучения приёмам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;
- планомерное прибавление вариативности выполнения приёмов игры и широты взаимодействий с партнёрами;
- увеличение собственно соревновательных упражнений в процессе подготовки;
- профессиональное самоопределение;
- повышение интенсивности занятий и, следовательно, использование восстановительных мероприятий для поддержания необходимой работоспособности и сохранения здоровья юных баскетболистов.

2. Отделение волейбола.

- прочное овладение основами техники и тактики волейбола;

- приучение к соревновательным условиям;
 - определение каждому занимающемуся игровой функции в команде и с учетом этого индивидуализация видов подготовки;
 - профессиональное самоопределение;
 - подготовка и комплектование команд волейболистов к участию в областных соревнованиях.
3. Отделение футбола.
- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности, укрепление опорно – двигательного аппарата, развитие быстроты, ловкости, гибкости;
 - профессиональное самоопределение;
 - обучение основам техники перемещений, приёму, обводке и передачи мяча, обучение тактическим действиям.
4. Отделение лыжных гонок.
- укрепление здоровья, привитие интереса к занятиям лыжным спортом;
 - овладение основами техники лыжных ходов и других физических упражнений;
 - формирование черт спортивного характера;
 - профессиональное самоопределение;
 - выявление задатков, способностей и спортивной одаренности.
5. Отделение хоккея с мячом.
- развитие скоростных и силовых качеств обучающихся, выносливости и двигательных навыков;
 - совершенствование техники и тактики игры в хоккей с мячом;
 - профессиональное самоопределение;
 - развитие общей физической подготовки.
6. Отделение плавания.
- формирование здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
 - профессиональное самоопределение;
 - укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие (развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей);
 - достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся.
7. Отделение рукопашный бой.
- уникальная тактика ведения боя и использование наиболее эффективных ударов из других единоборств.
 - формирование здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
 - профессиональное самоопределение;
 - достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся.
8. Отделение пауэрлифтинга.
- рекомендуются начинающим спортсменам для набора общей мышечной массы и развития силы;
 - формирование здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
 - профессиональное самоопределение;
 - достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся.
9. Отделение настольного тенниса.
- способствует развитию разносторонней физической подготовки, укреплению здоровья;
 - обучение технике и тактике настольного тенниса, подготовка квалифицированных юных спортсменов;
 - профессиональное самоопределение;
 - достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;

- подготовка грамотных инструкторов и судей по настольному теннису.
10. Отделение юный спортсмен, фитнес, русская лапта.
- способствует развитию разносторонней физической подготовки, укреплению здоровья;
 - подготовка квалифицированных юных спортсменов;
 - профессиональное самоопределение;
 - достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;
11. Отделение ОФП (общая физическая подготовка).
- тренировки проводятся с обучающимися с ослабленным здоровьем, в основном это ребята из СКОШ.
 - обучающиеся данного отделения в течение года проходят основы лыжной подготовки, играют в подвижные, спортивные игры, катаются на коньках, плавают в бассейне, ходят в походы.
6. Программно - методическое обеспечение образовательного процесса по видам спорта

Наименование программы, автор	Кем утверждена
Общеразвивающая программа «Баскетбол» (Куров И.Н.)	Директор
Общеразвивающая программа «Волейбол» (Осипова О.М.; Прус А.Т.)	Директор
Общеразвивающая программа «Русская лапта» (Прус А.Т.)	Директор
Общеразвивающая программа «Футбол» (Прус И.С., Тарасов В.С., Кактояков С.И.)	Директор
Общеразвивающая программа «Лыжные гонки» (Гельванов В.С.)	Директор
Общеразвивающая программа «Хоккей с мячом» (Тарасов В.С.)	Директор
Общеразвивающая программа «Плавание» (Болдырева Л.Н.)	Директор
Общеразвивающая программа «ОФП» (Куров И.Н., Гельванов В.С., Осипова О.М.)	Директор
Общеразвивающая программа «Юный спортсмен» (Осипова О.М.)	Директор
Общеразвивающая программа «Ура, в поход» (Мельничук И.В.)	Директор
Общеразвивающая программа «Пауэрлифтинг», «Фитнес KIDS» (Ленкова Е.А.)	Директор
Общеразвивающая программа «Настольный теннис» (Осипова О.М.)	Директор
Общеразвивающая программа «Рукопашный бой» (Кактояков С.И.)	Директор

7. Тарификационный список тренерского – преподавательского состава

№	Ф.И.О.	Занимаемая должность	Образование	Вид спорта	КК
1	Куров Игорь Николаевич	Тренер- преподаватель	Высшее	Баскетбол ОФП	Высшая
2	Болдырева Лариса Николаевна	Тренер- преподаватель	Средне- специальное	Плавание	Высшая
3	Тарасов Владимир Степанович	Тренер- преподаватель	Средне- специальное	Хоккей с мячом, футбол	Первая
4	Прус Игорь Сергеевич	Тренер- преподаватель	Среднее профессиональное	Футбол	Первая
5	Гельванов Валерий Сулейманович	Тренер- преподаватель	Высшее	Лыжные гонки ОФП	Высшая
6	Осипова Ольга Михайловна	Тренер- преподаватель	Высшее	Волейбол, ОФП, Юный спортсмен	Первая
7	Прус Альбина Тагировна	Тренер- преподаватель	Среднее профессиональное	Волейбол	Высшая
8	Кактояков Семен Иванович	Тренер- преподаватель	Высшее	Футбол, рукопашный бой	Первая
9	Мельничук Ирина Владимировна	Тренер- преподаватель	Высшее	Ура, в поход	Без категории

10	Карелин Юрий Владимирович	Тренер-преподаватель	Среднее профессиональное	Настольный теннис	Без категории
11	Алякринский Евгений Михайлович	Тренер-преподаватель	Среднее профессиональное	Футбол	Без категории
12	Ленкова Екатерина Артуровна	Тренер-преподаватель	Высшее	Пауэрлифтинг, фитнес KIDS	Первая