

Утверждаю:
И.о. директора МКУ ДО «ДООЦ»
Ю.В. Лютова
Приказ № 156
«20» августа 2026 г.

Учебный план

Муниципальное казённое учреждение
дополнительного образования
«Детский оздоровительно – образовательный центр»
на 2026/2027 учебный год.

г. Бодайбо, 2026 год.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план сформирован на основе:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказ Минпросвещения России от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- 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 воспитание 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	Этап 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	18	42	756	30
2.	Волейбол	Прус А.Т.	СО	2	12	42	504	30
3.	Футбол	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
4.	Лыжные гонки	Гельванов В.С.	СО	2	12	42	504	30
5.	Плавание	Болдырева Л.Н.	СО	6	36	42	1512	90
6.	Рукопашный бой	Кактояков С.И.	СО	1	6	39	234	15
7.	Фитнес KIDS	Ленкова Е.А.	СО	1	2	42	84	15
8.	Пауэрлифтинг	Ленкова Е.А.	СО	2	12	42	504	30
9.	ОФП	Куров И.Н.	СО	1	6	42	252	15
		Осипова О.М.	СО	1	1	39	39	15
10.	Юный спортсмен	Осипова О.М.	СО	1	1	39	39	15
11.	Волейбол для взрослого населения	Кактояков С.И.		1	2	39	78	15
	Итого			27	146	573	6084	405

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
	Футбол	Весь период
	Юный спортсмен	Весь период
	Лыжные гонки	Весь период
	Плавание	Весь период
	Фитнес KIDS	Весь период
	Пауэлифтинг	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	учебного	39 недель, 42 недели
Продолжительность учебной недели	учебной	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, 42 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 (ГODOVAYА) 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 плану 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 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.
6. 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.
7. 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.
8. Отделение юный спортсмен, фитнес.
- способствует развитию разносторонней физической подготовки, укреплению здоровья;
 - подготовка квалифицированных юных спортсменов;
 - профессиональное самоопределение;
 - достижение спортивных успехов в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;
9. 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» (Кузов И.Н.)	Директор
Общеразвивающая программа «Волейбол» (Прус А.Т.)	Директор
Общеразвивающая программа «Футбол» (Прус И.С., Кактояков С.И., Алякринский Е.М.)	Директор
Общеразвивающая программа «Лыжные гонки» (Гельванов В.С.)	Директор
Общеразвивающая программа «Плавание» (Болдырева Л.Н.)	Директор
Общеразвивающая программа «ОФП» (Кузов И.Н., Осипова О.М.)	Директор
Общеразвивающая программа «Юный спортсмен» (Осипова О.М.)	Директор
Общеразвивающая программа «Пауэрлифтинг», «Фитнес KIDS» (Ленкова Е.А.)	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	Кузов Игорь Николаевич	Тренер-преподаватель	Высшее	Баскетбол ОФП	Высшая
2	Болдырева Лариса Николаевна	Тренер-преподаватель	Средне-специальное	Плавание	Высшая
3	Прус Игорь Сергеевич	Тренер-преподаватель	Среднее профессиональное	Футбол	Первая
4	Гельванов Валерий Сулейманович	Тренер-преподаватель	Высшее	Лыжные гонки ОФП	Высшая
5	Осипова Ольга Михайловна	Тренер-преподаватель	Высшее	ОФП Юный спортсмен	Первая
6	Прус Альбина Тагировна	Тренер-преподаватель	Среднее профессиональное	Волейбол	Высшая
7	Кактояков Семен Иванович	Тренер-преподаватель	Высшее	Футбол Рукопашный бой	Первая
8	Алякринский Евгений Михайлович	Тренер-преподаватель	Среднее профессиональное	Футбол	Соответствие занимаемой должности
9	Ленкова Екатерина Артуровна	Тренер-преподаватель	Высшее	Пауэрлифтинг Фитнес KIDS	Первая