МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
(ДЮСШ)

ПРИКАЗ

с.Частые

29.07.2022 № 56

Об утверждении Учебного плана Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы на 2022/2023 учебный год

В соответствии со ст. 28 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1.Утвердить Учебный план Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы (далее Учебный план) на 2022/2023 учебный год (приложении 1).

2. Утвердить Годовой календарный учебный график Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы (далее Календарный график) на 2022/2023 учебный год (приложение 2).

3. Обеспечить контроль за выполнением Учебного плана и Календарного графика на 2022/2023 учебный год Каюмовой К. Н.

4. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.

Директор ДЮСШ В. Е. Бабушкин

С приказом ознакомлена Каюмова К.Н.

УТВЕРЖДЕН

приказом ДЮСШ
от 29.07.2022 № 56

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОЙ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ (ДЮСШ)

на 2022/2023 учебный год

с. Частые, 2022

Пояснительная записка

Настоящий учебный план разработан в соответствии и с учетом основных положений и требований:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказом Минспорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об особенностях организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- устава ДЮСШ, утвержден Постановлением Администрации Частинского муниципального района от 07.09.2017 № 516;
- годового учебного графика ДЮСШ;
- расписания учебно-тренировочных занятий.

Учебный план направлен на достижение основных целей ДЮСШ – создание оптимальных условий для развития детско-юношеского спорта, повышения уровня физической подготовленности и спортивных результатов обучающихся с учетом индивидуальных особенностей, воспитания их морально-этических и нравственно-волевых качеств.

Основным условием для достижения целей ДЮСШ является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его индивидуальных особенностей, возможностей и способностей, которая обеспечивается решением специфических задач на каждом этапе обучения.

При разработке учебного плана соблюдается принцип преемственности между дополнительными общеобразовательными программами, этапами обучения, учитываются материально-технические условия, региональные условия, кадровое обеспечение, календарь районных и краевых соревнований по видам спорта.

К дополнительным образовательным программам относятся: дополнительные общеобразовательные программы - дополнительные общеразвивающие программы, дополнительные предпрофессиональные программы.

Программы разработаны в соответствии и с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования и физической культуры, и спорта, соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по таким программам. Программы учитывают требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

В ДЮСШ реализуются дополнительные общеобразовательные программы:

- дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта «Лыжные гонки», «Волейбол», «Баскетбол», «Футбол», «ОФП с элементами спортивной аэробики», «Фитнес-аэробика», «ОФП с элементами лыжных гонкок», «Хоккей с шайбой» на спортивно-оздоровительном этапе в спортивно-оздоровительных группах (СОЭ);
- дополнительные предпрофессиональные программы по видам спорта «Лыжные гонки», «Волейбол», «Фитнес-аэробика», «Хоккей с шайбой» на этапе начальной подготовки в группах начальной подготовки (НП), тренировочном этапе в тренировочных группах (ТГ).

Организация учебно-воспитательного процесса школы строится на основе принципов личностно-ориентированного подхода. Представленные в учебном плане образовательные области и компоненты способствуют становлению личности обучающихся их индивидуальности, формированию умений и навыков познания и преобразования самих себя и окружающей действительности, развитию потенциалов: познавательного, коммуникативного, эстетического, физического. Развитию перечисленных качеств личности ребенка способствует не только учебная, но и воспитательная деятельность.

За годы работы в школе накопился опыт по применению разнообразных форм и способов организации воспитательной работы, основными из которых являются: спортивно-массовые мероприятия, праздники с родителями, конкурсы, эстафеты, показательные выступления перед населением, обучающимися, родителями. При их подготовке и проведении используются приемы и методы субъективного опыта обучающихся, индивидуальной и коллективной рефлексии, процесса и результата деятельности.

Спортивная школа организует работу с обучающимися в течение календарного года.

В каникулярное время работает лагерь с дневным пребыванием детей, профильный лагерь, досуговые площадки.

Спортивные соревнования являются неотъемлемой частью образовательного процесса. На основе результатов участия в соревнованиях, осуществляется мониторинг качества их спортивной подготовки и качества работы тренеров-преподавателей. Количество часов, отведенных на этот раздел, определяется требованиями учебной программы для каждого года обучения. Расписание занятий составляется администрацией школы по предоставлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их образовательном учреждении, других учреждениях, с учетом санитарно-гигиенических требований.

В спортивно-оздоровительные группы принимаются лица, желающие заниматься спортом с 6-ти до 17-и лет и не имеющие медицинских противопоказаний.

В группы начальной подготовки принимаются лица, желающие заниматься спортом в установленном для данного вида спорта возрасте.

На учебно-тренировочный этап подготовки зачисляются здоровые и практически здоровые спортсмены, прошедшие не меньше 1 года обучения на этапе начальной подготовки и успешно сдавшие контрольно-переводные нормативы по общей и специальной физической подготовке, в соответствии с требованиями учебной программы.

Перевод по годам обучения осуществляется при условии положительной динамики прироста спортивных показателей.

Учебно-тренировочный процесс проходит с учетом возрастных особенностей; периода подготовки; года обучения и др. требований.

Необходимым элементом является обязательное контрольное тестирование (2 раза в год.), участие в соревнованиях и контрольных учебно-тренировочных занятиях. По результатам аттестации, обучающиеся переводятся на следующий год обучения. Итоговая аттестация проводится на основе выполнения контрольно-переводных нормативов и выполнения спортивного разряда.

Учебный план разрабатывается из расчета до 46 учебных недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы, 6 недель - в условиях лагеря дневного пребывания (профильного лагеря), спортивного лагеря и (или) по планам самостоятельной деятельности обучающихся на период их активного отдыха (время отпуска тренера-преподавателя) (НП, ТГ). С увеличением общего годового объема часов изменяются по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и психологическую подготовку, 36 учебных недель – спортивно-оздоровительный этап (СОЭ) основных педагогов и тренеров-преподавателей, работающих по срочному договору.

Учебный план составлен в соответствии с Программами, которые включают в свое содержание предметные области: теоретическую подготовку и практические занятия. Учебный план составлен в академических часа, которые распределены по годам обучения, в соответствии с режимом тренировочной работы.

Общий режим работы

Организованное начало тренировочного сезона – 1 сентября. В каникулярный период увеличиваются дополнительные образовательные услуги в соответствии с каникулярным планом за счет проведения соревнований, спортивно-массовых и воспитательных мероприятий.

Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 (постановление главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»).

В субботу, кроме (или вместо) основных занятий по расписанию, проводятся соревнования, организуются выездные соревнования, воспитательно-образовательные мероприятия.

Содержание учебного плана

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Лыжные гонки»

Возраст детей 9-18 лет. Срок реализации Программы 8 лет. Автор: Березин М.А.

Примерный учебный план тренировочных 46 учебных недель

№ п/п	Разделы спортивной подготовки	Этапы подготовки						
		Начальная подготовка		Тренировочный этап				
		1-й год	свыше	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год
1.	Теоретическая, тактическая, психологическая подготовка	19	24	25	25	25	30	30
2.	Общефизическая подготовка, восстановительные мероприятия	186	203	300	389	330	350	398
3.	Специальная физическая Подготовка и участие в соревнованиях	50	48	60	71	200	262	284
4.	Техническая подготовка	40	60	70	70	74	70	84
5.	Участие в соревнованиях	15	21	36	39	49	62	80
6.	Медицинское обследование	2	2	3	4	5	8	8

7.	*Часов в неделю*	6	9	12	18	18	18	18
8.	**Всего учебных часов в год**	**276**	**368**	**552**	**828**	**828**	**828**	**828**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Фитнес-аэробика»

Возраст детей от 5 до 8 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Титова Н.В.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап		
		1год	2 год	3 год
1.	Теоретическая подготовка	10	10	10
2.	Общая физическая подготовка	69	60	50
3.	Хореографическая подготовка	26	31	31
4.	Специальная физическая подготовка	54	53	63
5.	Техническая подготовка	20	25	25
6.	Участие в соревнованиях	25	25	25
7.	Контрольные упражнения	12	12	12
Часов в неделю		*6*	*6*	*6*
Общее количество часов в год		**216**	**216**	**216**

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Фитнес-аэробика»

Для детей и молодёжи 7-18 лет. Срок реализации программы 8 лет. Автор: Титова Н. В.

Примерный учебный план тренировочных занятий на 44 учебные недели

№ п/п	Разделы спортивной подготовки	Этапы подготовки							
		Начальная подготовка			Тренировочный этап				
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год
1.	Теоретическая подготовка	14	20	20	27	27	31	36	40
2.	Общефизическая подготовка	96	100	100	114	114	120	125	140
3.	Специальная физическая подготовка	38	50	50	88	88	100	134	150
4.	Акробатика	23	32	32	40	40	80	100	100
5.	Хореография	50	54	54	60	60	60	80	80
6.	Техническая подготовка	29	78	78	159	159	168	170	219
7.	Контрольно-переводные испытания	6	10	10	14	14	14	16	18
8.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	8	8	12	12	14
9.	Медицинское обследование	4	4	4	8	8	10	10	10
10.	Восстановительные мероприятия	4	4	4	10	10	21	21	21
11.	Часов в неделю	*6*	*8*	*8*	*12*	*12*	*14*	*16*	*18*
12.	Общее количество часов	**264**	**352**	**352**	**528**	**528**	**616**	**704**	**792**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Футбол»
Возраст детей от 6 до 16 лет. Срок реализации программы 8 лет.
Автор: Сухарев Г.С.
Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап							
		Количество учебных часов							
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год
1.	Общая физическая подготовка	54	54	50	50	45	45	43	43
2.	Специальная физическая подготовка	34	34	38	38	43	43	45	45
3.	Техническая подготовка	54	54	50	50	45	45	43	43
4.	Тактическая подготовка	36	36	40	40	45	45	47	47
5.	Теоретическая подготовка	24	24	24	24	24	24	22	22
6.	Учебные и тренировочные игры	20	20	20	20	20	20	22	22
7.	Участие в соревнованиях	8	8	8	8	8	8	8	8
8.	Прием контрольных нормативов по физической и технической подготовке	6	6	6	6	6	6	6	6
Количество часов в неделю		6	6	6	6	6	6	6	6
Общее количество часов в год		**216**	**216**	**216**	**216**	**216**	**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Волейбол»
Возраст детей от 10 до 15 лет. Срок реализации программы 5 лет
Автор: Березин Е.С.
Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1.	Теоретическая подготовка	4	2,5	2,5	2,5	2,5
2.	Техническая и тактическая подготовка	124	130,5	81,5	83,5	83,5
3.	Физическая подготовка	32	30	35	32	30
4.	Оценка и контроль достижений	6	6	13	13	12
5.	Игровая практика	50	44	84	85	88
Всего часов		**216**	**216**	**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Хоккей с шайбой»
Возраст детей от 7 до 17 лет. Срок реализации программы 3 года
Автор: Батыков В.В.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап		
		Количество учебных часов		
		1 год	2 год	3 год
1.	Общая физическая подготовка	54	54	50
2.	Специальная физическая подготовка	34	34	38
3.	Техническая подготовка	54	54	50
4.	Тактическая подготовка	36	36	40
5.	Теоретическая подготовка	24	24	24
6.	Учебные и тренировочные игры	20	20	20
7.	Участие в соревнованиях	8	8	8
8.	Прием контрольных нормативов по физической и технической подготовке	6	6	6
Количество часов в неделю		6	6	6
Общее количество часов в год		**216**	**216**	**216**

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Хоккей с шайбой»
Возраст обучающихся 8-17 лет. Срок реализации Программы 8 лет.
Автор: Батыков В.В., Каюмова К.Н.

Учебный план тренировочных занятий на 46 учебных недель

№ п/п	Разделы спортивной подготовки	Этапы подготовки							
		Начальная подготовка			Учебно-тренировочный				
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год
1.	Теоретическая подготовка	14	20	20	27	27	31	36	40
2.	Общефизическая подготовка	96	100	100	114	114	120	125	140
3.	Специальная физическая подготовка	38	50	50	88	88	100	134	150
4.	Учебные и тренировочные игры	23	32	32	40	40	60	80	80
5.	Тактическая подготовка	50	54	54	60	60	80	100	100
6.	Техническая подготовка	29	78	78	159	159	168	170	219
7.	Контрольно-переводные испытания	6	10	10	14	14	14	16	18
8.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	8	8	12	12	14
9.	Медицинское обследование	4	4	4	8	8	10	10	10
10.	Восстановительные мероприятия	4	4	4	10	10	21	21	21
11.	Часов в неделю	*6*	*8*	*8*	*12*	*12*	*14*	*16*	*18*
12.	Общее количество часов	**264**	**352**	**352**	**528**	**528**	**616**	**704**	**792**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Лыжные гонки»
Возраст детей от 6 до 12 лет. Срок реализации программы 3 года
Автор: Еговцева С.А.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап		
		Кол-во часов	Кол-во часов	Кол-во часов
1.	Теоретическая подготовка	16	16	16
2 .	Общая физическая подготовка	98	98	98
3 .	Специальная физическая подготовка	52	52	52
4 .	Техническая подготовка	37	37	37
5.	Выполнение контрольных нормативов Соревнования	9	9	9
6.	Медицинское обследование	4	4	4
Всего часов		**216**	**216**	**216**

Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Лыжные гонки»
Возраст детей 8-17 лет. Срок реализации Программы 7 лет.
Автор: Еговцева С.А.

Примерный учебный план тренировочных 46 учебных недель

Год обучения	Этапы подготовки						
	НП		ТЭ				
	1	2	1	2	3	4	5
Количество часов в неделю	6	8	11	11	16	16	16
Количество занятий в неделю	3	4	4	4	5	5	5
Теория и методика физической культуры и спорта, час	14	22	40	45	74	66	59
Физическая подготовка, час	97	125	167	167	236	236	236
Общая физическая подготовка, час	79	91	106	95	118	102	85
Специальная физическая подготовка, час	18	34	61	72	118	134	151
Избранный вид спорта, час	124	173	243	238	346	368	375
Технико-тактическая подготовка, час	95	132	180	166	248	260	257
Психологическая подготовка, час	9	14	23	28	40	40	40
Участие в соревнованиях, час	14	19	28	30	40	50	60
Восстановительные мероприятия и медицинское обследование, час	2	2	4	4	6	6	6
Инструкторская и судейская практика,	-	2	2	4	6	6	6
Итоговая и промежуточная аттестация,	4	4	6	6	6	6	6
Другие виды спорта и подвижные игры,	41	48	56	56	80	66	66
Всего часов на 46 недель	**276**	**368**	**506**	**506**	**736**	**736**	**736**
Индивидуальные занятия 6 недель, час	36	48	66	66	96	96	96

Дополнительная общеразвивающая программа
по виду спорта «ОФП с элементами спортивной аэробики»
Возраст детей от 5 до 8 лет. Срок реализации программы 2 года. Автор: Лузина Л.С.
Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№	Разделы программы	Количество часов
1.	Теоретические занятия	10
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	100
	4.1. Обще развивающие упражнения	30
	4.2. Упражнения на развитие мышечного корсета осанку	38
	4.3.Игры на знание строевых упражнений	12
	4.4. Спортивные и подвижные игры	20
3.	Спортивная аэробика	88
	5.1.Теория	4
	5.2. Практика	84
4.	Контрольные тесты	6
5.	Воспитательная работа	12
	Итого	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Волейбол»
Возраст детей от 12 до 17 лет. Срок реализации программы 5 года
Автор: Лекомцев С.С.
Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
1.	Теоретическая подготовка	4	2,5	2,5	2,5	2,5
2.	Техническая и тактическая подготовка	124	130,5	81,5	83,5	83,5
3.	Физическая подготовка	32	30	35	32	30
4.	Оценка и контроль достижений	6	6	13	13	12
5.	Игровая практика	50	44	84	85	88
	Всего часов	**216**	**216**	**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Футбол»

Возраст детей от 6 до 12 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Сухарев З.Д.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап		
		Кол-во часов	Кол-во часов	Кол-во часов
1.	Теоретическая подготовка	16	16	16
2 .	Общая физическая подготовка	98	98	98
3 .	Специальная физическая подготовка	52	52	52
4 .	Техническая подготовка	37	37	37
5.	Выполнение контрольных нормативов Соревнования	9	9	9
6.	Медицинское обследование	4	4	4
Всего часов		**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Баскетбол»

Возраст детей 10-17 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Сухарев З.Д.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№	Раздел программы	Спортивно-оздоровительный этап		
		1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
1.	Теоретическая	6	6	6
2.	Общая физическая	66	40	40
3.	Специальная физическая	36	44	48
4.	Техническая	50	50	54
5.	Тактическая	17	26	34
6.	Игровая	17	14	6
7.	Контрольные и календарные игры	14	14	6
8.	Восстановительные мероприятия	-	6	6
9.	Инструкторская и судейская практика	-	6	6
10.	Контрольные испытания	8	8	8
11.	Медицинское обследование	2	2	2
12.	Общее количество часов	**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Лыжные гонки»

Возраст обучающихся 10-15 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Дурновцев А.Ф.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№	Тема	Спортивно-оздоровительный этап		
		1 год	2 год	3 год
1.	Теоретическая подготовка	11	4	4
2.	Общая физическая подготовка	60	40	30
3.	Специальная физическая подготовка	105	122	127
4.	Техническая подготовка	32	40	45
5.	Контрольные упражнения и соревнования	8	10	10
Итого		**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Волейбол»
Возраст обучающихся 10-16 лет. Срок реализации программы 4 года
Автор: Иванова Т.В.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель (для девочек)

№ п\п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап			
		1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения
1.	Теоретическая подготовка	39	23	35	33
2.	Общефизическая подготовка	71	61	65	39
3.	Специальная физическая подготовка	72	62	60	56
4.	Техническая подготовка	53	68	66	64
5.	Тактическая подготовка	10	16	16	48
6.	Правила игры	9	8	2	4
7.	*Количество часов в неделю*	6	6	6	6
Итого:		**216**	**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Волейбол»
Возраст обучающихся 10-16 лет. Срок реализации программы 4 года
Автор: Иванова Т.В.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель (для мальчиков)

№ п\п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап			
		1 год обучения	2 год обучения	3год обучения	4 год обучения
1.	Теоретическая подготовка	24	20	20	18
2.	Общефизическая подготовка	31	31	31	24
3.	Специальная физическая подготовка	32	32	32	26
4.	Техническая подготовка	33	38	38	32
5.	Тактическая подготовка	5	4	4	4
6.	Правила игры	6	2	2	4
	Количество часов в неделю	3	3	3	3
Итого:		**108**	**108**	**108**	**108**

Дополнительная общеразвивающая программа
по виду спорта «ОФП с элементами лыжных гонок»
Возраст детей от 5-7 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Казанцева Е.М.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап	
		1 год обучения	2 год обучения
1.	Теоретическая подготовка	16	8
2 .	Общая физическая подготовка	98	48
3 .	Специальная физическая подготовка	52	26
4 .	Техническая подготовка	37	18
5.	Выполнение контрольных нормативов Соревнования	9	6
6.	Медицинское обследование	4	2
Всего часов		**216**	**108**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Баскетбол»

Возраст детей 10-17 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Горланова О.М.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№	Раздел программы	Спортивно-оздоровительный этап		
		1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
1.	Теоретическая	6	6	6
2.	Общая физическая	66	40	40
3.	Специальная физическая	36	44	48
4.	Техническая	50	50	54
5.	Тактическая	17	26	34
6.	Игровая	17	14	6
7.	Контрольные и календарные игры	14	14	6
8.	Восстановительные мероприятия	-	6	6
9.	Инструкторская и судейская практика	-	6	6
10.	Контрольные испытания	8	8	8
11.	Медицинское обследование	2	2	2
12.	Общее количество часов	**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Баскетболу»

Возраст обучающихся 10-17 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Титов В.В.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап		
		1 год обучения	2 год обучения	3год обучения
1.	Теория	13	13	13
2.	Практика			
3.	Общая физическая подготовка	69	50	50
4.	Специальная физическая подготовка	61	52	52
5.	Тактико-техническая подготовка	20	25	25
6.	Тактика нападения	33	35	35
7.	Тактика защиты	33	40	40
8.	Участие в соревнованиях	10	15	15
9.	Контрольные упражнения	12	12	12
10.	*Часов в неделю*	6	6	6
Общее количество часов		**216**	**216**	**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Лыжные гонки»

Возраст детей от 6-10 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Казымова Н.Д.

Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов в год
1.	Теоретическая подготовка	14
2 .	Общая физическая подготовка	100
3 .	Специальная физическая подготовка	52
4 .	Техническая подготовка	37
5.	Выполнение контрольных нормативов Соревнования	10
6.	Медицинское обследование	3
Всего часов		**216**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Футбол»
Возраст детей от 11 до 15 лет. Срок реализации программы 2 года.
Автор: Воронцова Н.И.
Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№ п/п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап	
		1 год	2 год
1.	Теоретическая подготовка	7	7
2.	Практическая часть Общая физическая подготовка	29	29
3.	Специальная физическая подготовка:	51	51
4.	Техническая подготовка	23	23
5.	Тактическая подготовка	28	28
6.	Игровая подготовка	13	13
7.	Контрольные испытания	3	3
8.	Соревновательная деятельность	3 (согласно календаря соревнований)	3 (согласно календаря соревнований)
9.	Медицинское обследование	2	2
Общее количество часов в год		**108**	**108**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Баскетбол»
Возраст обучающихся 7-12 лет. Срок реализации программы 3 года. Автор: Воронцова Н.И.
Учебно-тематический план на 36 учебных недель

№п/п	Разделы программы	Спортивно-оздоровительный этап	
		1год	2год
1.	Теоретическая	6	6
2.	Общая физическая	36	36
3.	Специальная физическая	16	16
4.	Техническая	20	20
5.	Тактическая	12	12
6.	Игровая	8	8
7.	Контрольные и календарные игры	6	6
Всего часов		**108**	**108**