

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа № 7» г. Белгорода**

**Рассмотрено**  
на заседании  
педагогического совета  
МБУДО ДЮСШ №7  
протокол № 1  
от «31» августа 2020г.



**«Утверждаю»**  
Директор  
МБУДО ДЮСШ №7  
Красноруцкая А.Г.  
Приказ № 75  
от «31» августа 2020 г.

**Учебный план**  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования «Детско-юношеская  
спортивная школа № 7» г. Белгорода  
на 2020-2021 учебный год

**Пояснительная записка учебного плана  
МБУДО ДЮСШ № 7 на 2020-2021 учебный год, обеспечивающего  
реализацию образовательной программы**

**1. Общие положения**

МБУДО ДЮСШ № 7 – учреждение дополнительного образования учебный план, которого направлен на реализацию следующих целей:

- реализация образовательной программы по теннису и настольному теннису
- построение дополнительного образования на основе принципов здоровьесбережения,
- создание необходимых условий для становления гармонично развитой, физически здоровой личности, способной к творчеству и самоопределению.

Учебный план МБУДО ДЮСШ № 7 на 2020-2021 учебный обеспечивает реализацию образовательной программы, определяет распределение учебного времени, отводимого на изучение учебных курсов по группам и годам обучения (уровням).

**Нормативной основой разработки учебного плана являются документы:**

**Федерального уровня:**

- Конституция Российской Федерации (ст.43).
- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании»;
- Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации от 04.12.2007г.№329-ФЗ (с изменениями от 23.07.2008г.).
- «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения» №52-93 от 30.03.99г.
- Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения), СанПиН 2.4.4.3172-14, утвержденные Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 14 июля 2014 года, зарегистрированными в Министерстве Юстиции Российской Федерации 20.08.2014 г., регистрационный номер 33660.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013 г. N 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»
- Приказ Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. № 939 «Об утверждении Федеральных государственных требований к минимуму

содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»

- Министерства образования РФ от 20.05.2003г. №28-51-391/16 «О реализации дополнительных образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей».
- Письмо Министерства спорта России от 12.05.2014 N ВМ-04-10/2554 «О направлении Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».
- Письмо Минобрнауки Российской Федерации от 11.12.2006г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.03.2007 № 06-636 «Об образовательных учреждениях дополнительного образования детей».

#### **Муниципального уровня:**

- Методика формирования системы оплаты труда и стимулирования работников учреждений дополнительного образования детей, подведомственных управлению образования администрации города Белгорода, утвержденной решением Белгородского городского Совета от 10.09.2019 г. №149;

#### **Уровня учреждения**

- Устав МБУДО ДЮСШ № 7
- Образовательная программа МБУДО ДЮСШ № 7, утвержденная на педагогическом совете 31.08.2020 г. (Протокол №1), приказ №75 от 31.08.2020 года.
- Рабочие программы на учебные группы, утвержденные на педагогическом совете (Протокол №1 от 31 августа 2020 г.)

Содержание и структура учебного плана определены целями, задачами и спецификой деятельности МБУДО ДЮСШ № 7, сформулированными в Уставе, основной образовательной программе, годовом плане работы спортивной школы, программе развития.

### **РЕЖИМ РАБОТЫ**

Начало учебных занятий:

Учебно-тренировочные занятия проводятся с 8.00 часов до 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов (СанПиН 2.4.4.3172-14).

3. Максимальная продолжительность занятий:

- на базовом уровне 1-3 года обучения – 2 часа;
- на базовом уровне 3-6 года обучения – 3 часа;
- на углубленном уровне 1-2 года обучения – 3 часа.
- на углубленном уровне 3-4 года обучения – 4 часа в день.

Продолжительность одного часа составляет 45 мин.

4. Режим работы:

Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.

1 половина дня:

С 8.00 до 13.00

2 половина дня:

С 14.00 до 20.00

5. Продолжительность учебного года:

По дополнительным общеобразовательным предпрофессиональным программам - 46 недель,

Режим работы руководящих и педагогических работников:

Администрация с 09.00 до 18.00, перерыв с 13.00 до 14.00 часов

Тренеры-преподаватели согласно расписанию.

Инструктор-методист с 09.00 до 17.30, перерыв с 13.00 до 14.00 часов.

Инструктор по физической культуре с 10.00 до 18.00, перерыв с 13.00 до 14.00 часов.

Дежурные администраторы:

Красноруцкая Анна Григорьевна - директор;

Демидова Ольга Викторовна - заместитель директора

Ярцева Надежда Викторовна - инструктор-методист.

## **2. Особенности учебного плана**

Дополнительное образование обеспечивает освоение учащимися дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программы по физической культуре и спорту, условия становления и формирования личности учащегося, его склонностей, интересов и способности к социальному самоопределению.

Учебный план каждого уровня обучения **определяет**:

- объём учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка)
- содержание форм промежуточной аттестации.

Учебный план дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программе складывается следующих уровней спортивной подготовки:

Базовый уровень (Б) – 6 лет (отделение Теннис, отделение Настольный теннис)

Углубленный уровень (У) содержит две отдельные составляющие:

- углубленный - до 2-х лет обучения (1-й, 2-й годы обучения);
- углубленный (дополнительный) – до 2-х лет (3-й, 4-й годы обучения).

### **Задачи**

**и преимущественная направленность этапов подготовки  
(теннис, настольный теннис)**

#### **Базовый уровень (Б)**

- укрепление здоровья,
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;

#### **Углубленный уровень (У)**

- укрепление здоровья,
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего

профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;

- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Наполняемость **учебного плана** определена составом учебных разделов, обеспечивающих реализацию основной общеобразовательной программы МБУДО ДЮСШ № 7.

Часы учебного плана обеспечивают индивидуальный характер развития учащихся с учетом их личностных особенностей, профессиональных интересов и склонностей и распределены следующим образом:

- групповые тренировочные занятия;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- и видеозаписей, просмотра соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря; учебно-тренировочного сбора;
- работа по индивидуальным планам (углубленный дополнительный уровень);
- медико-восстановительные мероприятия;
- культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях, матчевых встречах;
- инструкторская и судейская практика;
- спортивно-оздоровительная работа.

В результате изучения разнообразных разделов каждый учащийся спортивной школы сможет соотнести свои интересы и способности с предстоящей работой по избираемому профилю.

**Учебный план  
МБУДО ДЮСШ № 7 на 2020-2021 учебный год,**

**Отделение тенниса и отделение настольного тенниса на  
2020- 2021 учебный год:**

**Примерный план Учебного процесса базового уровня сложности  
(46 недель) (час)**

№ п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год	6-й год
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Общий объем часов		2116	93	201	1902	13		184	276	368	368	460	460
1	Обязательные предметные области	1186	35	196	996	12		108	156	196	196	265	265
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	190	20	190				12	26	34	34	42	42
1.2.	Общая физическая подготовка	502			502	6		50	72	80	80	110	110
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1.4.	Вид спорта	494	15	6	494	6		46	58	82	82	113	113
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	Вариативные предметные области	570	22	5	573	1	-	62	72	98	98	120	120
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	203	2	5	203			20	19	33	33	49	49
2.2.	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2.3.	Развитие творческого мышления	115	10		115			14	11	20	20	25	25
2.4.	Специальные навыки	190	5		190			22	32	34	34	34	34
2.5.	Спортивное специальное оборудование	64	5		64			6	10	12	12	12	12
2.6	Физкультурные и спортивные мероприятия	252	10		252			8	36	52	52	52	52
3	Теоретические занятия	201	33	201				18	27	35	35	43	43
4	Практические занятия	1577	36		1577			154	205	261	261	348	348
4.1.	Тренировочные мероприятия	996	16		996			96	130	162	162	223	223
4.2.	Физкультурные и спортивные мероприятия	252	10		252			8	36	52	52	52	52
4.3.	Иные виды практических занятий	573	10		573			50	75	99	99	125	125
5	Самостоятельная работа	93	93					5	10	19	19	20	20

6	Аттестация	13				13		1	2	2	2	3	3
6.1.	Промежуточная аттестация	13				13		1	2	2	2	3	3
6.2.	Итоговая аттестация												

**Примерный план Учебного процесса углубленного уровня сложности  
(46 недель) (час)**

№ п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>Общий объем часов</b>		2392	96	214	2176	8	4	552	552	644	644
1	Обязательные предметные области	1178	72	192	986	7	4	348	348	391	391
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	192	30	192		1		46	46	50	50
1.2.	Общая физическая подготовка	0									
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	324			324			76	76	86	86
1.4.	Вид спорта	646	42		646	4		152	152	171	171
1.5.	Основы профессионального самоопределения	316			316			74	74	84	84
2	Вариативные предметные области	642	22		586	1	1	126	126	167	167
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	234	2		234			49	49	68	68
2.2.	Судейская подготовка	124			124			26	26	36	36
2.3.	Развитие творческого мышления	120	10		120	0,5	0,5	25	25	35	35
2.4.	Специальные навыки	112	5		80	0,5	0,5	20	20	20	20

2.5.	Спортивное и специальное оборудование	28	5		28			6	6	8	8
3	Теоретические занятия	204		204				51	51	51	51
4	Практические занятия	1330			1330			300	300	365	365
4.1.	Тренировочные мероприятия	324			324			76	76	86	86
4.2.	Физкультурные и спортивные мероприятия	316			316			74	74	84	84
4.3.	Иные виды практических занятий	690			690			150	150	195	195
5	Самостоятельная работа	96			96			24	24	24	24
6	Аттестация	12		4	4	8	4	4	4	2	2
6.1.	Промежуточная аттестация	8		3	1	8		4	2	1	1
6.2.	Итоговая аттестация	4		1	3		4		2	1	1

### ***Этапы обучения (отделение теннис):***

- Базовый уровень (Б) – 6 лет (отделение Теннис, отделение Настольный теннис)
- Углубленный уровень (У) содержит две отдельные составляющие:
  - углубленный - до 4-х лет обучения (1-й, 2-й, 3-й годы обучения);

### ***Этапы обучения (отделение настольный теннис):***

- Базовый уровень (Б) – 6 лет (отделение Теннис, отделение Настольный теннис)
- Углубленный уровень (У) содержит две отдельные составляющие:
  - углубленный - до 4-х лет обучения (1-й, 2-й, 3-й годы обучения);

#### **1. Количество часов в неделю/ год в МБУДО ДЮСШ № 7**

Наименование отделения	Этап обучения									всего
	Базовый						углубленный			
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6	У-1	У-2	У-3	
теннис	8/368	6/276	32/1472	16/736	30/1380	20/920	12/552	12/552	14/644	150/6900
настольный теннис	8/368	-	32/1472	8/368	10/460	20/920	12/552	36/1656	14/644	140/6440
<b>Итого:</b>	<b>16/736</b>	<b>6/276</b>	<b>64/2944</b>	<b>24/1104</b>	<b>40/1840</b>	<b>40/1840</b>	<b>24/1104</b>	<b>48/2208</b>	<b>28/1288</b>	<b>290/13340</b>
<b>Всего:</b>	<b>190/8740</b>						<b>100/4600</b>			<b>290/13340</b>

## 1.2. Количество групп в МБУДО ДЮСШ № 7

Наименование отделения	Этап обучения									всего
	Базовый						углубленный			
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6	У-1	У-2	У-3	
теннис	2	1	4	2	3	2	1	1	1	<b>17</b>
настольный теннис	2	-	4	1	1	2	1	3	1	<b>15</b>
<b>Итого:</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>32</b>
<b>Всего:</b>	<b>24</b>						<b>8</b>			<b>32</b>

## 1.3. Количество обучающихся в МБУДО ДЮСШ № 7

Наименование отделения	Этап обучения									всего
	Базовый						углубленный			
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6	У-1	У-2	У-3	
теннис	35	15	60	27	38	20	11	10	11	<b>227</b>
настольный теннис	40	-	69	15	12	26	12	37	7	<b>218</b>
<b>Итого:</b>	<b>75</b>	<b>15</b>	<b>129</b>	<b>42</b>	<b>50</b>	<b>46</b>	<b>23</b>	<b>47</b>	<b>18</b>	<b>445</b>
<b>Всего:</b>	<b>357</b>						<b>88</b>			<b>445</b>

## Формы промежуточной аттестации

**Промежуточная аттестация** – форма педагогического контроля динамики спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений обучающихся. Промежуточная аттестация осуществляется в конце каждого года обучения для перевода на следующий уровень сложности обучения и для допуска обучающегося к итоговой аттестации.

**Итоговая аттестация** - форма оценки степени и уровня освоения обучающимися образовательной программы.

Контрольно-переводные нормативы принимаются два раза в год: в начале (октябрь) и в конце года (июнь, июль).

Сроки прохождения промежуточной аттестации для каждой группы устанавливаются индивидуально в соответствии с графиком, утверждённым директором МБУДО ДЮСШ № 7, о чем тренер-преподаватель извещается не позднее, чем за две недели до начала промежуточной аттестации

Этапы подготовки	Год обучен]	Требования по спортивной подготовке по промежуточной аттестации
Спортивно-оздоровительный	Весь период	Прирост показателей ОФП
Базовый уровень	1-2 года	Выполнение нормативов ОФП,
	Свыше 2-х лет	спортивных разрядов
углубленный	До года	Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП,
	Свыше года	спортивных результатов до II сп. разряда
Углубленный (дополнительный)	До года	Выполнение нормативов СФП, ТТП, спортивных результатов до I сп. разряда
	Свыше года	Результатов КМС

**Программно-методическое обеспечение образовательной  
деятельности**

<b>Программа</b>	<b>Уровень (стартовый, базовый, углубленный)</b>	<b>Вид программы</b>	<b>Год разработки программы</b>	<b>Срок реализации программы</b>	<b>Возраст обучающихся</b>	<b>Количество учебных часов</b>
теннис	базовый	предпрофессиональная	2020	6 лет	6-13 лет	184-460
Настольный теннис	базовый	предпрофессиональная	2020	6 лет	6-13 лет	184-460
теннис	углубленный	предпрофессиональная	2020	До 4 лет	13-17 лет	552-644
Настольный теннис	углубленный	предпрофессиональная	2020	До 4 лет	13-17 лет	552-644