

СОГЛАСОВАНО
на педагогическом совете
МБУ ДО ДЮСШ
Протокол № 3
от 13.05.2020 г.

ПРИНЯТО
на заседании Совета ДЮСШ
Протокол № 3
от 20.05.2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮСШ
_____ Стебнева О.Г.
приказ № 91 от 31.08.2020 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детско – юношеская спортивная школа»

на 2020-2021 учебный год

Пояснительная записка

Настоящий учебный план разработан в соответствии с Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ, Уставом МБУ ДО ДЮСШ, на основании информационного письма департамента образования и науки Кемеровской области от 18.09.2019 г. № 6468/07, в соответствии с письмом Министерства просвещения от 10.09.2019 года № ИСК-ПВ-10/9327, приказом Минспорта РФ от 15.11.2018 г. № 939 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта к срокам обучения по этим программам», в связи с переходом на дополнительные предпрофессиональные программы с двумя уровнями сложности (базовый и углубленный).

Учебный план направлен на достижение основных целей МБУ ДО ДЮСШ – формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, организация их свободного времени, а также обеспечение их адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации, а также выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности.

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

При разработке учебного плана соблюдалась преемственность между годами обучения, учитывались материально – технические, региональные условия, кадровый состав, календарь областных и городских соревнований, дополнительные общеобразовательные программы по видам спорта.

Основными задачами реализации дополнительных общеобразовательных программ являются:

- 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.

Дополнительная общеобразовательная программа представляет собой нормативный документ, утвержденный педагогическим советом, и включает следующие структурные элементы: титульный лист, пояснительная записка, учебный план, методическая часть, план воспитательной и профориентационной работы, систему контроля и зачетные требования, перечень информационного обеспечения. Дополнительные общеобразовательные программы МБУ ДО ДЮСШ направлены на физкультурно – спортивную деятельность (предпрофессиональные программы с двумя уровнями сложности - для обучающихся от 8 до 18 лет, общеразвивающие программы – для обучающихся от 7 до 18 лет):

- **легкая атлетика** - дополнительная предпрофессиональная программа с двумя уровнями сложности «Легкая атлетика», рассчитана на 10 лет обучения (46 учебных недель); дополнительная общеразвивающая программа «Быстрее ветра», рассчитана на 4 года обучения (46 учебных недель);

- **волейбол** (девочки, мальчики) - дополнительная предпрофессиональная программа с двумя уровнями сложности «Волейбол», рассчитана на 10 лет обучения (46 учебных недель); дополнительная общеразвивающая программа «Летающий мяч», рассчитана на 4 года обучения (46 учебных недель);

- **баскетбол** (мальчики) – дополнительная предпрофессиональная программа с двумя уровнями сложности «Баскетбол», рассчитана на 10 лет обучения (46 учебных недель); дополнительная общеразвивающая программа «Оранжевый мяч», рассчитана на 4 года обучения (46 учебных недель);

- **футбол** (девочки, мальчики) – дополнительная общеразвивающая программа «Кожаный мяч», рассчитана на 4 года обучения (46 учебных недель);

- **тайский бокс** (девочки, мальчики) – дополнительная предпрофессиональная программа с двумя уровнями сложности «Тайский бокс», рассчитана на 10 лет обучения (46 учебных недель); дополнительная общеразвивающая программа «Введение в муай тай», рассчитана на 4 года обучения (46 учебных недель);

- **«От ГТО к олимпийским медалям»** (девочки, мальчики) – дополнительная общеразвивающая программа, рассчитана на 2 года обучения (35 учебных недель);

- **«Познай себя»** (девочки, мальчики) – дополнительная общеразвивающая программа, рассчитана на 1 год обучения (35 учебных недель).

Дополнительные общеобразовательные программы предусматривает участие обучающихся (в качестве участника, спортивного судьи, зрителя) в физкультурных и спортивных мероприятиях.

Изучение и освоение предметных областей дополнительных общеобразовательных программ осуществляется в рамках проведения учебно-тренировочных (теоретических и (или) практических занятий), включая физкультурные и спортивные мероприятия.

Учебно-тренировочные занятия – основная форма воспитательно-образовательного процесса, строится на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей детей.

Содержание деятельности в учебных группах определяется тренером-преподавателем с учетом дополнительных общеобразовательных программ и учебных планов. Выбирая средства и методы обучения, тренеры-преподаватели отдают предпочтение развивающим методикам, учитывают индивидуальные особенности обучающихся, формируют устойчивые интересы и навыки самостоятельной работы.

1. Учебный план для дополнительных предпрофессиональных программ двумя уровнями сложности

Последовательность обучения. Учебный план включает в себя уровни сложности: базовый уровень сложности (6 лет), углубленный уровень сложности (4 года) – с учетом детей, ориентированных на поступление в профессиональные образовательные учреждения, образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по направлениям подготовки в области образования и педагогики в сфере физической культуры и спорта, а также ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи. Нормативный срок освоения дополнительных предпрофессиональных программ двумя уровнями сложности - 10 лет. Учебный план разрабатывается из расчета 46 недель. С увеличением общего годового объема часов по годам обучения изменяется соотношение времени на различные предметные области. Повышается удельный вес нагрузок на обязательные и вариативные предметные области. Распределение времени в учебном плане на обязательные и вариативные предметные области осуществляются в соответствии с конкретными задачами каждого года обучения. Расчет осуществляется исходя из требований приказа Министерства спорта Российской Федерации от № 939 от 15 ноября 2018 года «Об утверждении Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта».

Для дополнительных предпрофессиональных программ с двумя уровнями сложности распределение часов в учебном плане осуществляется в соответствии с соотношением объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана. С увеличением общего годового объема часов изменяется соотношение времени на различные виды подготовки.

Соотношение объемов обучения по предметным областям
по отношению к общему объему учебного плана
(дополнительные предпрофессиональные программы
с двумя уровнями сложности)

№	Предметные области	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана	
		Базовый уровень сложности программы	Углубленный уровень сложности программы
Обязательные предметные области			
1	Теоретические основы физической культуры и спорта	10-25	5-15
2	Общая и специальная физическая подготовка	20-40	10-25
3	Избранный вид спорта	15-35	15-30
4	Основы профессионального самоопределения	-	15-30
Вариативные предметные области			
5	Другие виды спорта и подвижные игры	5-15	5-10
6	Судейская подготовка	-	5-15

Трудоемкость и распределение по периодам обучения. Для дополнительных предпрофессиональных программ с двумя уровнями сложности продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать:

- на базовом уровне сложности 1 - 2 годов обучения – 2 академических часа;
- на базовом уровне сложности 3 - 6 годов обучения – 3 академических часа;
- на углубленном уровне сложности 1-4 годов обучения – 3 академич. часа.

Базовый уровень сложности – образовательный процесс происходит в группах ГБУ 1 года и ГБУ 2 года - 6 часов недельной нагрузки, ГБУ 3 года и ГБУ 4 года – 8 часов в неделю, ГБУ 5 года и ГБУ 6 года – 10 часов обучения, период обучения от 6 лет.

Задачами данного уровня сложности являются укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, удовлетворение потребностей в двигательной активности, отбор детей для систематических занятий спортом, с учетом возраста и выявления задатков и способностей детей. Базовый уровень характеризуется постепенным наращиванием объема и интенсивности физических нагрузок, воспитанием черт спортивного характера.

Углубленный уровень сложности образовательный процесс происходит в группах ГУУ 1 года и ГУУ 2 года – 12 часов в неделю (период обучения 2 года) и в группах ГУУ 3 года и ГУУ 4 года – 14 часов в неделю (период обучения 2 года) - для детей, ориентированных на поступление в профессиональные образовательные учреждения, образовательные

программы среднего профессионального и высшего образования по направлениям подготовки в области образования и педагогики в сфере физической культуры и спорта, ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи. Период обучения на углубленном уровне сложности увеличивается до 4 лет.

Характерным является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок. Осуществляется работа по совершенствованию техники и тактики. Происходит повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовки, приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях. Совершенствуется техника и развитие специальных физических качеств, формируется спортивная мотивация, формируются навыки адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации, происходит подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по направлениям подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта; идет отбор одаренных детей, создаются условия для их физического воспитания и физического развития, укрепления здоровья. Ведется подготовка обучающихся к освоению этапов спортивной подготовки.

Обучающийся имеет право на обучение в рамках самостоятельной (внеаудиторной) работы, по индивидуальному учебному плану, в том числе на ускоренное обучение в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами. На всех уровнях сложности перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится на основании выполнения нормативных показателей комплекса контрольных упражнений освоения образовательной программы.

Требования к количественному и возрастному составу учебных групп для зачисления на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам с двумя уровнями сложности

Уровень программы	Год обучения	Минимальная наполняемость группы (чел.) *	Максимальная наполняемость группы (чел.) *	Минимальный возраст для зачисления (лет)*
Базовый уровень сложности (ГБУ)	1-й год	15	25	8
	2-й год	15	25	9
	3-й год	15	25	10
	4-й год	15	25	11
	5-й год	15	22	12
	6-й год	15	22	13
Углубленный уровень сложности (ГУУ)	1-й год	10	18	14
	2-й год	10	18	15

	3-й год	5	15	16
	4-й год	5	15	17

**Минимальный возраст для зачисления может быть снижен при выполнении обучающимися тестовых нормативов, соответствующих данному году обучения. Количественный и возрастной состав учебной группы на учебный год утверждается приказом МБУ ДО ДЮСШ.*

**Нормативы максимальных объемов учебной нагрузки для обучающихся
по дополнительным предпрофессиональным программам
с двумя уровнями сложности**

Уровень программы	Год обучения	Максимальный объем учебной нагрузки в неделю (академический час)	Количество занятий в неделю	Годовой объем учебной деятельности (академический час)
Базовый уровень сложности (ГБУ)	1-й год	6	3	276
	2-й год	6	3	276
	3-й год	8	3-4	368
	4-й год	8	3-4	368
	5-й год	10	4	460
	6-й год	10	4	460
Углубленный уровень сложности (ГУУ)	1-й год	12	4	552
	2-й год	12	4	552
	3-й год	14	5-6	644
	4-й год	14	5-6	644

**Требования по зачислению и переводу по годам обучения
на базовом уровне сложности**

Требования	Базовый уровень сложности (ГБУ)					
	Год обучения					
	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й
Минимальный возраст для зачисления (лет) *	8	9	10	11	12	13
Медицинские требования	Допуск к занятиям		Медицинское обследование 2 раза в год			
Нормативы по ОФП и СФП	Прохождение индивидуального отбора		Выполнение нормативов по ОФП и СФП			
Участие в физкультурных и спортивных мероприятиях	-	Участник, зритель	Участник, спортивный судья, зритель (согласно программным требованиям)			
Выполнение объема учебной нагрузки в % от годового учебного плана	-	-	Не менее 85%			

**Минимальный возраст для зачисления может быть снижен при выполнении обучающимися тестовых нормативов, соответствующих данному году обучения. Количественный и возрастной состав учебной группы на учебный год утверждается приказом МБУ ДО ДЮСШ.*

Требования по зачислению и переводу по годам обучения
на углубленном уровне сложности

Требования	Углубленный уровень сложности (ГУУ)			
	Год обучения			
	1-й	2-й	3-й	4-й
Минимальный возраст для зачисления (лет) *	14	15	16	17
Медицинские требования	медицинское обследование 2 раза в год			
Нормативы по ОФП и СФП	Выполнение переводных нормативов			
Участие в физкультурных и спортивных мероприятиях	Участник, спортивный судья, зритель (согласно программным требованиям)			
Выполнение объема учебной нагрузки в % от годового учебного плана	Не менее 85%	Не менее 90%		

**Минимальный возраст для зачисления может быть снижен при выполнении обучающимися тестовых нормативов, соответствующих данному году обучения. Количественный и возрастной состав учебной группы на учебный год утверждается приказом МБУ ДО ДЮСШ.*

2. Учебный план для дополнительных общеразвивающих программ

Последовательность обучения. Учебный план для дополнительных общеразвивающих программ включает спортивно – оздоровительный этап (весь период).

Нормативный срок освоения дополнительных общеразвивающих программ по видам спорта – 4 года. Учебный план для обучения по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта разрабатывается из расчета 46 учебных недель.

Нормативный срок освоения дополнительной общеразвивающей программы **«От ГТО к олимпийским медалям»** – 2 года. Нормативный срок освоения дополнительной общеразвивающей программы **«Познай себя»** – 1 год. Учебный план для обучения по дополнительным общеразвивающим программам **«От ГТО к олимпийским медалям»** и **«Познай себя»** разрабатывается из расчета 35 учебных недель без учета каникул, выходных и праздничных дней.

Соотношение объемов обучения по предметным областям
по отношению к общему объему учебного плана
(дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта)

№	Предметные области	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана			
		ГСО 1 года	ГСО 2 года	ГСО 3 года	ГСО 4 года
1	Теория и методика физической культуры	2-10		2-10	
2	Общая физическая подготовка	40-65		30-50	
3	Основы баскетбола	25-40		30-50	
4	Специальная физическая подготовка	5-10		10-15	

Трудоёмкость и распределение по периодам обучения. Для дополнительных общеразвивающих программ продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать 2 академических часа. Распределение времени в учебном плане на основные предметные области по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами, с учетом возраста и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся.

Образовательный процесс происходит в группах ГСО – от 1 до 6 часов недельной нагрузки, период обучения от 1 до 11 лет (весь период). Обучающийся имеет право на обучение в рамках самостоятельной (внеаудиторной) работы, по индивидуальному учебному плану, в том числе на ускоренное обучение в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами.

Требования к количественному и возрастному составу учебных групп
для зачисления на обучение
по дополнительным общеразвивающим программам

Год обучения	Минимальная наполняемость группы (чел.) *	Максимальная наполняемость группы (чел.) *	Минимальный возраст для зачисления (лет)*
1-й год	15	30	7-10
2-й год	15	30	9-12
3-й год	15	30	11-14
4-й год	15	30	13-17

Нормативы максимальных объемов учебной нагрузки для обучающихся
по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта

Год обучения	Максимальный объем учебной нагрузки в неделю (академический час)	Количество занятий в неделю	Годовой объем учебной деятельности (академический час)
1-й год	6	3	276
2-й год	6	3	276
3-й год	6	3	276
4-й год	6	3	276

Нормативы максимальных объемов учебной нагрузки для обучающихся
по дополнительным общеразвивающим программам

Год обучения	Максимальный объем учебной нагрузки в месяц (академический час)	Количество занятий в месяц	Годовой объем учебной деятельности (академический час)
1-й год	1	1	9

Нормативы максимальных объемов учебной нагрузки для обучающихся
по дополнительной общеразвивающей программе
«От ГТО к олимпийским медалям»

Год обучения	Максимальный объем учебной нагрузки в неделю (академический час)	Количество занятий в неделю	Годовой объем учебной деятельности (академический час)
1-й год	1	1	35
2-й год	1	1	35

3. Общий режим работы МБУ ДО ДЮСШ

Начало и окончание учебного года зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных мероприятий, уровня сложности и года обучения.

В 2020-2021 учебном году для обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам по видам спорта учебный год начинается 1 сентября 2020 года и заканчивается 18 июля 2021 года (при прерывании в летний период учебного года очередным отпуском тренера-преподавателя учебное время в летний период продляется на количество дней, соответствующее отпуску). В каникулярный период увеличиваются дополнительные образовательные услуги по каникулярному плану за счет соревнований и воспитательных, профориентационных мероприятий. В каникулярный период учебно-тренировочные занятия могут проводиться по изменённому на время каникул расписанию.

В 2020-2021 учебном году для обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам «От ГТО к олимпийским медалям» и «Познай себя» учебный год начинается 1 сентября 2020 года и заканчивается 31 мая 2021 года, без учета каникул, выходных и праздничных дней.

Начало учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ не ранее 8.00 ч, окончание – не позднее 20.00 ч, для обучающихся 16-18 лет – не позднее 21.00 ч.

Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией МБУ ДО ДЮСШ по представлению тренеров-преподавателей в начале учебного года с учетом создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся, пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм и утверждается приказом. Перенос учебно-тренировочных занятий, изменение расписания производится в течение учебного года по согласованию с администрацией МБУ ДО ДЮСШ и утверждается приказом.

Кроме (или вместо) основных учебно-тренировочных занятий по расписанию, на основании календаря спортивно-массовых мероприятий и по согласованию с администрацией МБУ ДО ДЮСШ могут быть организованы соревнования, воспитательные, профориентационные мероприятия.

МБУ ДО ДЮСШ организует учебно-тренировочные занятия в учебных группах и спортивно-массовые мероприятия в режиме 7-дневной учебной недели, оптимально соответствующей эффективности осуществления воспитательно-образовательного процесса.

4. Содержание учебного плана

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год по дополнительной предпрофессиональной программе с двумя уровнями сложности «Легкая атлетика»

№	Уровень подготовки Предметные области	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		ГБУ 1	ГБУ 2	ГБУ 3	ГБУ 4	ГБУ 5	ГБУ 6	ГУУ 1	ГУУ 2	ГУУ 3	ГУУ 4
Обязательные предметные области											
1	Теоретические основы физической культуры и спорта	54	54	55	55	69	69	56	56	33	33
2	Общая физическая подготовка	68	68	92	92	115	115	56	56	64	64
3	Специальная физическая подготовка	30	30	55	55	69	69	84	84	96	96
4	Избранный вид спорта	82	82	111	111	138	138	166	166	194	194
5	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	-	84	84	128	128
Вариативные предметные области											
6	Другие виды спорта и подвижные игры	42	42	55	55	69	69	53	53	33	33
7	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	-	53	53	96	96
Общее количество часов		276	276	368	368	460	460	552	552	644	644

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год по дополнительной предпрофессиональной программе с двумя уровнями сложности «Волейбол»

№	Уровень и год обучения Предметные области	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		ГБУ 1	ГБУ 2	ГБУ 3	ГБУ 4	ГБУ 5	ГБУ 6	ГУУ 1	ГУУ 2	ГУУ 3	ГУУ 4
Обязательные предметные области											
1	Теоретические основы физической культуры и спорта	55	55	46	46	60	60	55	55	32	32

2	Общая физическая подготовка	82	82	116	116	80	80	55	55	64	64
3	Специальная физическая подготовка	28	28	54	54	112	112	116	116	116	116
4	Избранный вид спорта	69	69	116	116	162	162	162	162	190	190
5	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	-	82	82	100	100
Вариативные предметные области											
6	Другие виды спорта и подвижные игры	42	42	36	36	46	46	55	55	46	46
7	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	-	27	27	96	96
Общее количество часов		276	276	368	368	460	460	552	552	644	644

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной предпрофессиональной программе
с двумя уровнями сложности «**Баскетбол**»

№	Уровень и год обучения Предметные области	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		ГБУ 1	ГБУ 2	ГБУ 3	ГБУ 4	ГБУ 5	ГБУ 6	ГБУ 1	ГБУ 2	ГБУ 3	ГБУ 4
Обязательные предметные области											
1	Теоретические основы физической культуры и спорта	55	55	46	46	60	60	55	55	32	32
2	Общая физическая подготовка	82	82	116	116	80	80	55	55	64	64
3	Специальная физическая подготовка	28	28	54	54	112	112	116	116	116	116
4	Избранный вид спорта	69	69	116	116	162	162	162	162	190	190
5	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	-	82	82	100	100
Вариативные предметные области											
6	Другие виды спорта и	42	42	36	36	46	46	55	55	46	46

	подвижные игры										
7	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	-	27	27	96	96
Общее количество часов		276	276	368	368	460	460	552	552	644	644

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной предпрофессиональной программе
с двумя уровнями сложности «Тайский бокс»

№	Уровень и год обучения Предметные области	Базовый уровень						Углубленный уровень			
		ГБУ 1	ГБУ 2	ГБУ 3	ГБУ 4	ГБУ 5	ГБУ 6	ГУУ 1	ГУУ 2	ГУУ 3	ГУУ 4
Обязательные предметные области											
1	Теоретические основы физической культуры и спорта	54	54	64	64	69	69	64	64	54	54
2	Общая физическая подготовка	78	78	104	104	100	100	46	46	60	60
3	Специальная физическая подготовка	28	28	32	32	82	82	90	90	96	96
4	Избранный вид спорта	76	76	122	122	162	162	162	162	170	170
5	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	-	98	98	122	122
Вариативные предметные области											
6	Другие виды спорта и подвижные игры	40	40	46	46	47	47	55	55	46	46
7	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	-	37	37	96	96
Общее количество часов		276	276	368	368	460	460	552	552	644	644

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной общеразвивающей программе
«От ГТО к олимпийским медалям»

№	Этапы предметные области	Спортивно-оздоровительный этап	
		ГСО 1 года	ГСО 2 года
1	«Я знаю сам»	3	3
2	«На разминку становись»	9	9
3	«Играем вместе»	5	5
4	«На старт»	18	18
Общее количество часов		35	35

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной общеразвивающей программе **«Познай себя»**
программный модуль **«Олимпийская смена»**

№	Этапы Предметные области	Спортивно-оздоровительный этап
		ГСО (1 год)
1	Вводный - «Знатоки олимпизма»	2
2	Основной - «Олимпийские виды спорта»	3
3	Итоговый - «Быстрее, выше сильнее!»	4
Общее количество часов		9

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной общеразвивающей программе
«Оранжевый мяч» (баскетбол)

№	Этапы Предметные области	Спортивно-оздоровительный этап			
		ГСО 1 года	ГСО 2 года	ГСО 3 года	ГСО 4 года
1	Теория и методика физической культуры	6	6	10	10
2	Общая физическая подготовка	177	177	140	140
3	Основы баскетбола	67	67	90	90
4	Специальная физическая подготовка	26	26	36	36
Общее количество часов		276	276	276	276

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2019-2020 учебный год
по дополнительной общеразвивающей программе
«Летающий мяч» (волейбол)

№	Этапы Предметные области	Спортивно-оздоровительный этап			
		ГСО 1 года	ГСО 2 года	ГСО 3 года	ГСО 4 года
1	Теория и методика физической культуры	6	6	10	10

2	Общая физическая подготовка	177	177	140	140
3	Основы волейбола	67	67	90	90
4	Специальная физическая подготовка	26	26	36	36
Общее количество часов		276	276	276	276

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной общеразвивающей программе
«Кожаный мяч» (футбол)

№	Этапы Предметные области	Спортивно-оздоровительный этап			
		ГСО 1 года	ГСО 2 года	ГСО 3 года	ГСО 4 года
1	Теория и методика физической культуры	6	6	10	10
2	Общая физическая подготовка	177	177	140	140
3	Основы футбола	67	67	90	90
4	Специальная физическая подготовка	26	26	36	36
Общее количество часов		276	276	276	276

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной общеразвивающей программе
«Быстрее ветра» (лёгкая атлетика)

№	Этапы Предметные области	Спортивно-оздоровительный этап			
		ГСО 1 года	ГСО 2 года	ГСО 3 года	ГСО 4 года
1	Теория и методика физической культуры	6	6	10	10
2	Общая физическая подготовка	177	177	140	140
3	Основы легкой атлетики	67	67	90	90
4	Специальная физическая подготовка	26	26	36	36
Общее количество часов		276	276	276	276

Годовой учебный план МБУ ДО ДЮСШ на 2020-2021 учебный год
по дополнительной общеразвивающей программе
«Введение в муай тай» (тайский бокс)

№	Этапы Предметные области	Спортивно-оздоровительный этап			
		ГСО 1 года	ГСО 2 года	ГСО 3 года	ГСО 4 года
1	Теория и методика физической культуры	6	6	10	10
2	Общая физическая подготовка	177	177	140	140
3	Основы тайского бокса	67	67	90	90
4	Специальная физическая подготовка	26	26	36	36
Общее количество часов		276	276	276	276