



**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа»  
(МБОУ ДО «ДЮСШ»)**

Принят:  
педагогическим советом  
протокол № 11 от «30» августа 2023 г.

Утвержден:  
приказом МБОУ ДО «ДЮСШ»  
№ 106- од от «31» августа 2023 г.

**Годовой календарный учебный план-график  
Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного  
образования «Детско-юношеская спортивная школа»  
на 2023-2024 учебный год**

г. Сосновый Бор  
2023

## Пояснительная записка

Календарный учебный план-график муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» г. Сосновый Бор (далее - ДЮСШ) на **2023-2024** учебный год является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации образовательного процесса в учебном году в ДЮСШ.

Нормативную базу Календарного учебного графика ДЮСШ составляют:

- ✓ Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- ✓ Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007г. № 329-ФЗ;
- ✓ Федеральный закон от 30 апреля 2021 г. N 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Приказ Минспорта России от 03.08 2022г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- ✓ Постановление Главного санитарного врача РФ от 30.06.2020г.№16 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой корона вирусной инфекции (СJVID-19) СанПиН 3.1\2.4.3598-20»;
- ✓ Устав

Календарный учебный план-график составлен в соответствии с реализуемыми в Учреждении дополнительными общеразвивающими программами в области физической культуры и спорта и дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта.

### **Основные положения.**

ДЮСШ оказывает:

- дополнительные образовательные услуги по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта (учебный план рассчитан на 36-46 недель);
- услуги по спортивной подготовке по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта (учебно-тренировочный план рассчитан на 52 недели).

1. Учебный год по дополнительным образовательным программам в области физической культуры и спорта начинается 01 сентября 2023 г. и заканчивается 31 августа 2024 г. Для обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам устанавливаются каникулы с 29 декабря 2023 г. по 08 января 2024 г.

2. Набор и комплектование групп спортивно-оздоровительного этапа и этапа начальной подготовки 1 года обучения проводится до **15 сентября**. Перевод учащихся на дальнейшие этапы обучения до **1 сентября**.

3. Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором ДЮСШ.

Учебно-тренировочные занятия проводятся не ранее **8.00** и заканчиваются не позднее **20.00**, для детей 16-18 лет до **21.00 часа**,

4. Продолжительность учебной недели – 6 дней (в зависимости от учебной нагрузки в соответствии с расписанием занятий).

5. Продолжительность одного тренировочного занятия устанавливается:  
Академический час учебно- тренировочного занятия – 45 мин.

- на спортивно-оздоровительном этапе -1, 2 академических часа;
- на этапе начальной подготовки -2, 3 академических часа;

- на учебно-тренировочном этапе – 3 академических часа;
- для детей дошкольного возраста академический час считать 30 минут.

Максимальная наполняемость групп составляет:

- группы СОГ на всех отделениях- не менее **15чел.**,
- в тренировочных группах согласно федеральным стандартам

6. Сдача нормативов для приема на дополнительные образовательные программы спортивной подготовки – один раз в год в августе. Сдача нормативов для перевода в группах спортивной подготовки – один раз в год в апреле / мае. Промежуточная и итоговая аттестация по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам – в конце учебного года в апреле / мае.

7. Занятия в периоды, совпадающие с каникулами в основной общеобразовательной организации, проводятся в соответствии с утвержденным расписанием. Воспитательные мероприятия проводятся за рамками учебно-тренировочных занятий.

8. Нерабочие и праздничные дни – в соответствии с Постановлением

Годовой календарный учебный план-график рассматривается на заседании педагогического совета и утверждается приказом директора ДЮСШ. Изменения в годовой календарный учебный график вносятся приказом директора ДЮСШ по согласованию с Педагогическим советом.

Годовой календарный учебный график учитывает индивидуальные, возрастные, психофизические особенности учащихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

ДЮСШ в установленном законодательством Российской Федерации несет ответственность за реализацию в полном объеме дополнительных образовательных программ в соответствии с годовым календарным учебным графиком

(Приложение №1,2,3,4)

**Годовой учебно-тренировочный план  
программ спортивной подготовки по баскетболу.**

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет
Общая физическая подготовка (%)	18-20	16-18	14-16	12-14
Специальная физическая подготовка (%)	12-14	14-16	16-18	16-18
Техническая подготовка (%)	30-32	28-30	24-26	20-22
Теоретическая подготовка (%)	7-10	5-4	5-7	3-5
Тактическая, подготовка (%)	10-12	12-14	16-18	16-18
Психологическая подготовка (%)	6-8	6-8	8-10	8-10
Интегральная подготовка(%)	8-10	10-12	16-18	16-20
<b>Общее количество часов в год</b>	234	312	520	624

**Годовой учебно-тренировочный план  
программ спортивной подготовки по художественной гимнастике**

**Этап начальной подготовки**

№	Виды подготовки и иные мероприятия	Начальной подготовки 1 года обучения	Начальной подготовки 2 года обучения	Начальной подготовки 3 года обучения
	Количество часов в неделю	6	8	8
	Количество учебных недель	52	52	52
	Максимальное количество часов в одном учебном занятии	2	2	2
	Наполняемость учебных групп (чел.)	12	12	12
		Кол-во часов в год		
1	Общая физическая подготовка	130	140	140
2	Специальная физическая подготовка	62	102	102
3	Участие в спортивных соревнованиях	8	12	12
4	Техническая подготовка	96	140	140
5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	8	10	10
6	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	8	12	12
	<b>Общее количество часов в год</b>	<b>312</b>	<b>416</b>	<b>416</b>

**Учебно-тренировочный этап**

№	Виды подготовки и иные мероприятия	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4	УТГ-5
1	Количество часов в неделю	12	14	16	18	18
2	Количество учебных недель	52	52	52	52	52
3	Максимальное количество часов в одном учебном занятии	3	3	3-4	3-4	3-4
4	Наполняемость учебных групп (чел.)	5	5	5	5	5
		Количество учебных часов в год				
1	Общая физическая подготовка	60	72	74	72	72
2	Специальная физическая подготовка	142	160	164	156	156
3	Участие в спортивных соревнованиях	30	36	40	46	46
4	Техническая подготовка	324	386	480	580	580

5	Тактическая подготовка, теоретическая, психологическая подготовка	24	24	26	32	32
6	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	44	50	48	50	50
7	Самообразование					
	<b>Общее количество часов в год</b>	<b>624</b>	<b>728</b>	<b>832</b>	<b>936</b>	<b>936</b>

**Годовой учебно-тренировочный план  
программ спортивной подготовки по шахматам.**

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет
Общая физическая подготовка (%)	10-16	8-14	4-8	4-6
Специальная физическая подготовка (%)	-	-	4-6	4-6
Техническая подготовка (%)	27-29	27-28	30-32	32-34
Теоретическая подготовка (%)	14-16	14-15	32-35	33-36
Тактическая, подготовка (%)	26-31	21-24	18-20	18-20
Психологическая подготовка (%)	20-22	28-29	10-14	8-10
<b>Общее количество часов в год</b>	<b>312</b>	<b>416</b>	<b>468</b>	<b>624</b>

**Учебный план-график распределения учебных часов  
в спортивно-оздоровительной группе**

№ п\п	Разделы подготовки	IX	X	XI	XI	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	Всего
1	Теоретическая	1	-	-	1	1	1	-	1	-	1	-	-	6
2	Общая физическая	16	16	16	13	15	13	16	15	15	12	10		157
3	Специальная физическая	3	5	5	6	6	6	5	4	5	3	3		51
4	Технико-тактическая	2	5	5	6	6	4	5	6	6	6	3		54
5	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-
6	Инструкторская судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-		-
7	Зачетные требования	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-		4
8	Медицинское обследование	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-		4
	Всего	26	26	26	26	28	24	26	26	26	26	16		276