

Рассмотрен на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1 от 28.08.2024г.

Утвержден  
приказом директора МБУ ДО  
«Спортивная школа № 3»  
от 06.09.2024 № 77 -а

\_\_\_\_\_ В.Ю.Крюков

## **У Ч Е Б Н Ы Й   П Л А Н**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 3»  
НА 2024/2025 учебный год**

## Пояснительная записка

Учебный план МБУ ДО «Спортивная школа № 3» - нормативный регулирующий документ деятельности спортивной школы, составлен в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации, приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Порядок организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки», Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта и Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14.

В МБУ ДО «Спортивная школа № 3» реализуются дополнительные общеобразовательные программы «Киокусинкай», «Всестилевое каратэ», «Рукопашный бой», «Кикбоксинг», «Фитнес-аэробика» в том числе:

- дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта на спортивно-оздоровительном этапе в спортивно-оздоровительных группах (СОГ);
- дополнительные образовательные программы спортивной подготовки (этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап, этап совершенствования спортивного мастерства).

Нормативный срок освоения программ:

- общеразвивающие – до 10 лет.
- спортивной подготовки: «Киокусинкай» - 13 лет, «Всестилевое каратэ» - 14 лет, «Рукопашный бой» - 8 лет, «Кикбоксинг» - 8 лет, «Фитнес-аэробика» - 8 лет.

Общий годовой объем учебных часов рассчитан для 52 учебных недель.

Учебный план  
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования  
"Спортивная школа № 3" на 2024/2025 учебный год (с группами ПФДО)

| Дополнительные образовательные программы по видам спорта |              | ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ |                           |       |       |                           |       |       |       |       |                                    |       | Итого |
|--|--------------|------------------|---------------------------|-------|-------|---------------------------|-------|-------|-------|-------|------------------------------------|-------|-------|
|  |              | СО               | Этап начальной подготовки |       |       | Учебно-тренировочный этап |       |       |       |       | Этап спортивного совершенствования |       |       |
|  |              |                  | Весь период кол-во        | 1 год | 2 год | 3 год                     | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год                              | 1 год |       |
| Киокусинкай  | Кол-во групп | 7                | 3                         | 5     | 2     | 2                         | 6     | 2     |       |       |                                    | 1     | 28    |
|  | ч/нед.       | 4                | 6                         | 6     | 8     | 10                        | 10    | 12    |       |       |                                    | 16    |       |
|  | всего часов  | 28               | 18                        | 30    | 16    | 20                        | 60    | 24    |       |       |                                    | 16    | 212   |
| Всестилевое каратэ                                       | Кол-во групп | 5                | 1                         | 1     | 4     | 5                         | 9     | 2     |       |       | 1                                  |       | 28    |
|  | ч/нед.       | 4                | 6                         | 6     | 8     | 10                        | 10    | 12    |       |       | 20                                 |       |       |
|  | всего часов  | 20               | 6                         | 6     | 32    | 50                        | 90    | 24    |       |       | 20                                 |       | 248   |
| Рукопашный бой   | Кол-во групп | 5                | 2                         | 6     |       |                           | 1     |       |       |       |                                    |       | 14    |
|  | ч/нед.       | 4                | 6                         | 6     |       |                           | 10    |       |       |       |                                    |       |       |
|  | всего часов  | 20               | 12                        | 36    |       |                           | 10    |       |       |       |                                    |       | 78    |
| Кикбоксинг   | Кол-во групп | 3                |                           | 2     | 5     |                           |       |       |       |       |                                    |       | 10    |
|  | ч/нед.       | 4                |                           | 6     | 8     |                           |       |       |       |       |                                    |       |       |
|  | всего часов  | 12               |                           | 12    | 40    |                           |       |       |       |       |                                    |       | 64    |
| Фитнес-аэробика  | Кол-во групп | 1                |                           | 2     | 5     |                           |       |       |       |       |                                    |       | 8     |
|  | ч/нед.       | 4                |                           | 6     | 8     |                           |       |       |       |       |                                    |       |       |
|  | всего часов  | 4                |                           | 12    | 40    |                           |       |       |       |       |                                    |       | 56    |
| Итого  | Кол-во групп | 21               | 6                         | 16    | 16    | 7                         | 16    | 4     |       |       | 1                                  | 1     | 88    |
|  | ч/нед.       | 84               | 6                         | 6     | 8     | 10                        | 10    | 12    |       |       | 20                                 | 16    |       |
|  | всего часов  | 84               | 36                        | 96    | 128   | 70                        | 160   | 48    |       |       | 20                                 | 16    | 658   |

Учебный план  
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования "Спортивная  
школа № 3" на 2024/2025 учебный год

| Дополнительные образовательные программы по видам спорта |              | ЭТАПЫ ПОДГОТОВКИ |                           |       |       |                           |       |       |       |       |                                    | Итого |       |
|--|--------------|------------------|---------------------------|-------|-------|---------------------------|-------|-------|-------|-------|------------------------------------|-------|-------|
|  |              | СО               | Этап начальной подготовки |       |       | Учебно-тренировочный этап |       |       |       |       | Этап спортивного совершенствования |       |       |
|  |              |                  | Весь период кол-во        | 1 год | 2 год | 3 год                     | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год                              |       | 1 год |
| Киокусинкай  | Кол-во групп |                  | 3                         | 5     | 2     | 2                         | 6     | 2     |       |       |                                    | 1     | 21    |
|  | ч/нед.       |                  | 6                         | 6     | 8     | 10                        | 10    | 12    |       |       |                                    | 16    |       |
|  | всего часов  |                  | 18                        | 30    | 16    | 20                        | 60    | 24    |       |       |                                    | 16    | 184   |
| Всестилевое каратэ                                       | Кол-во групп |                  | 1                         | 1     | 4     | 5                         | 9     | 2     |       |       | 1                                  |       | 23    |
|  | ч/нед.       |                  | 6                         | 6     | 8     | 10                        | 10    | 12    |       |       | 20                                 |       |       |
|  | всего часов  |                  | 6                         | 6     | 32    | 50                        | 90    | 24    |       |       | 20                                 |       | 228   |
| Рукопашный бой   | Кол-во групп |                  | 2                         | 6     |       |                           | 1     |       |       |       |                                    |       | 9     |
|  | ч/нед.       |                  | 6                         | 6     |       |                           | 10    |       |       |       |                                    |       |       |
|  | всего часов  |                  | 12                        | 36    |       |                           | 10    |       |       |       |                                    |       | 58    |
| Кикбоксинг   | Кол-во групп |                  |                           | 2     | 5     |                           |       |       |       |       |                                    |       | 7     |
|  | ч/нед.       |                  |                           | 6     | 8     |                           |       |       |       |       |                                    |       |       |
|  | всего часов  |                  |                           | 12    | 40    |                           |       |       |       |       |                                    |       | 52    |
| Фитнес-аэробика  | Кол-во групп |                  |                           | 2     | 5     |                           |       |       |       |       |                                    |       | 7     |
|  | ч/нед.       |                  |                           | 6     | 8     |                           |       |       |       |       |                                    |       |       |
|  | всего часов  |                  |                           | 12    | 40    |                           |       |       |       |       |                                    |       | 52    |
| <b>Итого</b>   | Кол-во групп |                  | 6                         | 16    | 16    | 7                         | 16    | 4     |       |       | 1                                  | 1     | 67    |
|  | ч/нед.       |                  | 6                         | 6     | 8     | 10                        | 10    | 12    |       |       | 20                                 | 16    |       |
|  | всего часов  |                  | 36                        | 96    | 128   | 70                        | 160   | 48    |       |       | 20                                 | 16    | 574   |



### Комплектование учебных групп на 2024/2025 учебный год (с группами ПФДО)

| Этапы подготовки | КИОКУСИНКАЙ         |            | ВСЕСТИЛЕВОЕ КАРАТЭ |            | РУКОПАШНЫЙ БОЙ |            | КИКБОКСИНГ |            | ФИТНЕС-АЭРОБИКА |            | Всего      |             |
|------------------|---------------------|------------|--------------------|------------|----------------|------------|------------|------------|-----------------|------------|------------|-------------|
|                  | Группа видов спорта |            |                    |            |                |            |            |            |                 |            |            |             |
|                  | кол. групп          | кол. детей | кол. групп         | кол. детей | кол. групп     | кол. детей | кол. групп | кол. детей | кол. групп      | кол. детей | кол. групп | кол. детей  |
| СОГ (ПФДО)       | 7                   | 140        | 5                  | 100        | 5              | 100        | 3          | 60         | 1               | 20         | <b>21</b>  | <b>420</b>  |
| ГНП - 1          | 3                   | 50         | 1                  | 15         | 2              | 34         | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>6</b>   | <b>99</b>   |
| ГНП - 2          | 5                   | 80         | 1                  | 20         | 6              | 90         | 2          | 30         | 2               | 30         | <b>16</b>  | <b>250</b>  |
| ГНП - 3          | 2                   | 30         | 4                  | 60         | 0              | 0          | 5          | 75         | 5               | 78         | <b>16</b>  | <b>243</b>  |
| УТГ - 1          | 2                   | 30         | 5                  | 77         | 0              | 0          | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>7</b>   | <b>107</b>  |
| УТГ - 2          | 6                   | 78         | 9                  | 115        | 1              | 15         | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>16</b>  | <b>208</b>  |
| УТГ - 3          | 2                   | 24         | 2                  | 20         | 0              | 0          | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>4</b>   | <b>44</b>   |
| УТГ - 4          | 0                   | 0          | 0                  | 0          | 0              | 0          | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>0</b>   | <b>0</b>    |
| УТГ - 5          | 0                   | 0          | 0                  | 0          | 0              | 0          | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>0</b>   | <b>0</b>    |
| ГСС - 1          | 0                   | 0          | 1                  | 3          | 0              | 0          | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>1</b>   | <b>3</b>    |
| ГСС - 2          | 1                   | 6          | 0                  | 0          | 0              | 0          | 0          | 0          | 0               | 0          | <b>1</b>   | <b>6</b>    |
| <b>Итого</b>     | <b>28</b>           | <b>438</b> | <b>28</b>          | <b>410</b> | <b>14</b>      | <b>239</b> | <b>10</b>  | <b>165</b> | <b>8</b>        | <b>128</b> | <b>88</b>  | <b>1380</b> |