

Министерство Чеченской Республики по физической культуре и спорту
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №2 г. АРГУН»
(ГБУ ДО «СШ №2 г. Аргун»)

Нохчийн Республикин физически культурин а, спортан а Министерство
Дешар т1едузаран
пачхьалкхан бюджетни хьукмат
«УСТРАДА – Г1АЛИЙН №2 ЙОЛУ СПОРТАН ШКОЛА»

«СОГЛАСОВАНО»

Протокол Педагогического совета

« 12 » 01 2026 г. № 1

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор ГБУ ДО «СШ №2 г. Аргун»

У.Р. Сулейманов

Приказ от « 12 » 01 2026 г. № 51

Годовой учебно-тренировочный план на 2026 учебный год

Пояснительная записка

Учебный план разработана основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановления Главного Государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд. У1 «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно-уровневые программы)»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерство просвещения России от 27.07.2022 № 629;
- Особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 № 634;
- Федеральными стандартами спортивной подготовки по культивируемым в

Учреждении видам спорта, утвержденными приказами Министерство спорта России;

- Примерными дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по культивируемым в Учреждении видам спорта, утвержденными приказами Министерство спорта России.

При разработке учебного плана учтены возможности образовательной среды спортивной школы и уровень квалификации и профессионализма тренеров-преподавателей.

Целью учебного плана является реализация дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры спорта

Организация образовательного процесса

В Государственном бюджетном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа №2 г. Аргун» (далее по тексту - Учреждение) функционируют ботделений. Режим работы учреждения: с 8-00 до 23-00. График работы: все дни недели, включая каникулярное время.

Форма обучения: очная.

Учебный год начинается с 1 января. Утверждение контингента обучающихся, количество групп и годовой расчет учебных часов производится до 15 февраля.

Годовой объем работы по годам обучения определяется из расчета недельного режима работы для данной группы, максимальное количество учебных недель - 52.

Трудоемкость образовательной программы (объемы времени на реализацию предметных областей) определяется из расчета на 52 недели в год. Расписание занятий составляется с учетом возрастных особенностей обучающихся, в соответствии с утвержденными СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. У1 «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»), годовым учебным планом.

В спортивно-оздоровительных группах 1 час составляет 60 минут, занятия проводятся три-четыре раза в неделю для одной группы. Максимальный объем нагрузки 6 часов в неделю.

В группах этапа начальной подготовки, 1 час составляет 60 минут, продолжительность одного занятия не превышает 2 ч.

В учебно-тренировочных группах 1 час составляет 60 минут, продолжительность одного занятия не превышает 3-4 часов.

В группах совершенствования спортивного мастерства 1 час составляет 60 минут, продолжительность одного занятия не превышает 4 часов.

Учебная нагрузка при реализации дополнительной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта (52 недели)

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программы (СОГ)
Количество часов в неделю	4,5-6
Количество занятий в неделю	3-4
Общее количество часов в год	234-312

Учебная нагрузка в группах по уровнями годам обучения (дополнительная образовательная программа спортивной подготовки, 52 недели)

Показатель учебной нагрузки		Вид спорта	Уровни сложности программы											Этап совершенствования спортивного мастерства	
			Этап начальной подготовки					Учебно-тренировочный этап							
			НП-1	НП-2	НП-3	НП-4	НП-5	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4	УТГ-5			
Количество часов в неделю		Футбол	4,5	6	8	-	-	10	12	12	14	16	16	18	
Общее количество часов в год			234	312	416	-	-	520	624	624	728	832	832	936	
Количество часов в неделю		Кикбоксинг	4,5	6	8	-	-	8	10	12	14	16	16	24	
Общее количество часов в год			234	312	416	-	-	416	520	624	728	832	832	1248	
Количество часов в неделю		Спортивная борьба	4,5	6	8	8	-	10	12	12	14	-	20	28	
Общее количество часов в год			234	312	416	416	-	520	624	624	728	-	1040	1456	
Количество часов в неделю		Самбо	4,5	6	8	8	-	8	10	12	14	16	18	22	
Общее количество часов в год			234	312	312	416	-	416	520	624	728	832	936	1144	

Участники образовательного процесса

Участниками образовательного процесса в Учреждении являются обучающиеся и их родители (законные представители), тренеры- преподаватели, заместители директора по учебно-спортивной и учебно-методической работе, старший инструктор-методист, инструкторы-методисты.

Обеспечение образовательного процесса и общее руководство Учреждением осуществляет директор.

Непосредственную работу с обучающимися ведут тренеры-преподаватели. Руководство тренерами-преподавателями осуществляет заместитель директора по спортивной и методической работе, инструктора-методисты. В Учреждение принимаются дети (на основании заявлений родителей (законных представителей), медицинского допуска), взрослые (на основании заявлений, медицинского допуска).

**Условия комплектования учебных групп
Количество обучающихся, минимальный возраст обучающихся в группах**

Вид спорта	Уровень подготовки	Продолжительность в годах	Недельная нагрузка в часах	Минимальный возраст	Оптимальный количественный состав группы
Футбол	НП	3	4,5-6-8	7	14
	УТГ	4	10-16-18	10	12
Кикбоксинг	НП	3	4,5-6-8	7	12
	УТГ	5	8-14-16-18	11	10
Спортивная борьба	НП	4	4,5-6-8	7	10
	УТГ	4	10-12-14-18	11	8
Самбо	НП	3	4,5-6-8	7	12
	УТГ	5	8-10-12-14-18	11	6

Основными формами организации образовательного процесса Учреждения являются:

- учебно-тренировочные занятия;
- теоретические и тематические занятия;
- контрольные занятия, тестирование;
- соревнования, матчевые встречи;
- занятия по индивидуальным планам;
- учебно-тренировочные сборы в условиях спортивно-оздоровительного лагеря;
- судейская и инструкторская практика.

В процессе учебно-тренировочных занятий осуществляется совершенствование физической, психологической, специальной и технико-тактической подготовки обучающихся.

Контрольные занятия проводятся в конце учебного года, на каждом этапе подготовки или в случаях проверки качества работы тренеров-преподавателей. На данных занятиях осуществляется сдача контрольных нормативов, принимаются зачеты по технике.

Соревновательные занятия проводятся с целью формирования у обучающихся соревновательного опыта в форме классификационного соревнования или командной встречи.

Кроме учебно-тренировочных занятий по расписанию, обучающиеся самостоятельно выполняют задания тренера-преподавателя по совершенствованию отдельных элементов техники и развивают необходимые физические качества. В соответствии с графиком проведения промежуточной и итоговой аттестации организуется проведение аттестации, результаты которой фиксируются в протоколах.