УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮСШ № 3 «Атлет»
_____ Прохоров С. А.
приказ № 40-у от 25.09.2026 г.

Подписан цифровой подписью: Прохоров Сергей Александрович
DN: O=МБУДО_ДЮСШ№3_Атлет, CN= Прохоров Сергей Александрович, E= aleksin.dush3@tularegion.org
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.10.01 09:20:52+03'00'

ПРИНЯТО
тренерским советом МБУ ДО ДЮСШ № 3 « Атлет»
протокол № 1 от 25.08.2026 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МБУ ДО ДЮСШ № 3 « Атлет » на 2026 – 2027 учебный год с изменениями от 25.09.2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план является выражением государственной, региональной и школьной политики в образовании. Он определяет и раскрывает содержание образовательного процесса в спортивной школе. План разработан на основании нормативных документов: Закона РФ « Об образовании », Устава МБУ ДО ДЮСШ № 3 « Атлет », а также реализуемых дополнительных общеразвивающих и дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта.

Компонент образовательного учреждения представлен: спортивно – оздоровительными группами, группами начальной и учебно - тренировочной подготовки.

Учебный план содержит разделы: наименование программ, направленность, сроки освоения дополнительных общеразвивающих образовательных программ и дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта, этапы обучения и количество обучающихся в группах, количество учебных часов в неделю и год.

В школе открыты секции: самбо, каратэ, бокс, футбола, пауэрлифтинга. Виды спорта профилируются исходя из социального заказа общества, муниципального задания, кадровых и материально - технических возможностей учреждения, а также согласно лицензионного перечня образовательных услуг учреждения, дающего право на ведение образовательной деятельности в данном направлении.

При составлении учебного плана учитывается режим учебно - тренировочных занятий из расчета: 39 недель для спортивно – оздоровительных групп и 52 учебных недель для групп спортивной подготовки. Учебно - тренировочные занятия проводят согласно утвержденному расписанию.

Учебный план школы предусматривает динамику роста спортивных результатов при переходе от одного этапа подготовки к следующему и основывается на следующих показателях: возраст обучающихся, год занятий в школе, спортивный разряд, количество занятий и учебных часов в неделю, а также организационные формы занятий: распределение времени на основные разделы программы по годам обучения и в соответствии с этапами многолетней подготовки. Организационная структура многолетней спортивной подготовки основывается на реализации следующих этапов подготовки:

- спортивно-оздоровительный этап (спортивно-оздоровительные группы);
- этап начальной подготовки (группы начальной подготовки);

- учебно-тренировочный этап (учебно-тренировочные группы);
- этап спортивного совершенствования.

1) Спортивно-оздоровительные группы формируются из обучающих желающих заниматься в школе избранным видом спорта.

Основными задачами спортивно-оздоровительного этапа являются:

- расширение двигательных возможностей обучающихся;
- формирование и совершенствование жизненно-важных двигательных умений и навыков;
- компенсация дефицита двигательной активности детей;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

2) В группах начальной подготовки решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- повышение уровня общей физической и функциональной подготовленности обучающихся на основе занятий культивируемыми в ДЮСШ видами спорта;
- организация интересного и содержательного досуга обучающихся;
- привитие интереса к систематическим занятиям спортом;

3) Учебно-тренировочные группы 1-2 годов обучения с предварительной спортивной специализацией создают базис самоопределения личности через возрастные этапы функционального деятельного образования, достаточного для самоопределения и самореализации в сферах межличностных и социальных отношении, уровня готовности к творческой деятельности и самостоятельному принятию решении в изменяющейся жизненной ситуации.

На учебно-тренировочном этапе 1-2 годов обучения решаются следующие задачи:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- овладение основами техники избранного вида спорта;
- формирование основных двигательных умений и навыков;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях в избранных видах спорта;
- уточнение спортивной специализации;

- формирование основных навыков ведения тактической борьбы в избранном виде спорта;
- выполнение спортивных и массовых разрядов;
- приобретение навыков в организации и проведении соревнований.

3) Учебно-тренировочные группы 3-4 годов обучения с углубленными учебно-тренировочными занятиями в избранном виде спорта создают условия для достижения обучающимися уровня зрелости, достаточного для самоопределения и самореализации в жизни. На этом этапе решаются следующие задачи:

- совершенствование техники избранного вида спорта;
- воспитание специальных физических качеств;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение доступных тренировочных нагрузок;
- накопление соревновательного опыта в избранном виде спорта;
- выполнение спортивных разрядов;
- приобретение навыков в организации и проведении соревнований.

4) Этап спортивного совершенствования 1- 3 года обучения в избранном виде спорта создают условия для достижения обучающимися высокого уровня подготовки. На этом этапе решаются следующие задачи:

- совершенствование техники избранного вида спорта;
- воспитание специальных физических качеств;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- динамика спортивных достижений и результативность выступления на официальных соревнованиях;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- выполнение спортивных разрядов и званий;

Учебный план составлен с учетом неуклонного роста объема подготовки. На всех годах обучения осуществляется постоянный контроль над уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья обучающихся. Установление количественных (и качественных) показателей позволяет определить уровень разносторонней и специальной подготовленности юных спортсменов в той мере, которая необходима для конкретного этапа подготовки, при этом учитываются индивидуальные особенности каждого

обучающегося. Учебный план учитывает интересы всех участников образовательного процесса: видовые особенности, определяющие содержание, направления, уровень, формы и результативность всей деятельности учреждения.

ФИО тренера	Название программы	Уровень	Направленность	Срок реализации	Кол-во обучающихся в группе, и их возраст	Этапы обучения, количество групп	Количество часов	
							в год	в неделю
Вакуленко Владимир Владимирович	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «пауэрлифтинг»	Среднее (полное общее) образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 10-17 лет	УТ-1	520	10
	Итого				15 человек	1	520	10
Орленко Евгений Александрович	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «самбо»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 11-13 лет	НП - 3	416	8
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «самбо»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 14-17 лет	УТ-1	520	10
	Итого				30 человек	2	936	18
Иванов Денис Валерьевич	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «самбо»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 8-12 лет	НП - 2	312	6
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «самбо»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 10-15 лет	НП - 3	416	8
	Итого				30 человек	2	728	14
Клюев Дмитрий Александрович	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 6-10 лет	НП -2	312	6

	спорта «самбо»							
	Итого				15 человек	1	312	6
Антохин Леонид Евгеньевич	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «бокс»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно – спортивная	8 лет	15 человек, 10-11 лет	НП - 2	312	6
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта « бокс»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно – спортивная	8 лет	15 человек, 12-13 лет	НП - 3	416	8
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «бокс»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно – спортивная	8 лет	15 человек, 14-17 лет	УТ - 1	520	10
	Итого				45 человек	3	1248	24
Зеленов Виктор Николаевич	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футболу»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 10- 13 лет	НП - 1	234	4,5
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футболу»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 14-15 лет	НП - 3	416	8
	Итого				30 человек	2	650	12,5
Горбатов Игорь Петрович	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 6 лет	НП – 1	234	4,5
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 7-8 лет	НП-2	312	6

	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 10-11 лет	УТ - 1	520	10
	Итого				45 человек	3	1066	20,5
Кобзев Александр Иванович	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «каратэ»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 7-9 лет	НП -1	234	4,5
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «каратэ»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 10-12 лет	НП - 2	312	6
	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «каратэ»	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно - спортивная	8 лет	15 человек, 12-17 лет	НП - 3	416	8
	Итого				45 человек	3	962	18,5
Живогляд Сергей Анатольевич	Дополнительная общеразвивающая образовательная программа по боксу	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно – спортивная	1 год	15 человек, 6-17 лет	СОГ	234	4,5
	Итого				15 человек	1	234	4,5
Плисова Владлена Андреевна	Дополнительная общеразвивающая образовательная программа по общефизической подготовке для дошкольных образовательных учреждений	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно – спортивная	1 год	15 человек, 5-7 лет	СОГ	234	4,5
	Дополнительная общеразвивающая образовательная программа по общефизической подготовке для дошкольных	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно – спортивная	1 год	15 человек, 5-7 лет	СОГ	234	4,5

	образовательных учреждений							
	Итого				30 человек	2	468	9,0
Кириллова Лариса Владимировна	Дополнительная общеразвивающая образовательная программа по общефизической подготовке для дошкольных образовательных учреждений	Среднее (полное) общее образование	Физкультурно – спортивная	1 год	15 человек, 5-7 лет	1	234	4,5
	Итого				15 человек	1	234	4,5
	Всего человек в группах				315 человек	21 групп		
	Итого общее количество ставок по штатному расписанию в учреждении	15,25 ставок					6422 часов - группы спортивной подготовки; 936 – спортивно-оздоровительные группы Всего: 7358 часов	141,5 часа по программам
	Всего часов педагогической нагрузки	Фактически занято 11,59 ставок						
	Вакансии	3,66 ставки						