

Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования Городского округа «город Ирбит» Свердловской области  
«Детско-юношеская спортивная школа»  
МАОУ ДО «Ирбитская ДЮСШ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ДО  
«Ирбитская ДЮСШ»



Г.С.Н. Шевчук  
Приказ № 132/01

2022 г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
по реализации дополнительных  
предпрофессиональных программ в области ФК и С  
для базового уровня подготовки  
на 2022/2023 учебный год

## Пояснительная записка

Муниципальным автономным образовательным учреждением дополнительного образования Городского округа «город Ирбит» Свердловской области «Детско-юношеская спортивная школа» разработан учебный план в соответствии с «Законом об образовании», «Законом о ФК и С», Приказом Минспорта №728 от 23.09.2021 «Об утверждении федеральных государственных требований к дополнительным предпрофессиональным программам в области ФК и С».

Основной целью учебного плана спортивной школы является функционирование эффективной учебно-воспитательной системы, интегрирующий опыт и потенциал педагогического коллектива, обеспечивающий уровень развития детей и активизацию их познавательных интересов, формирование творчески развитой личности, обладающей социально - нравственной устойчивостью.

Задачи:

- 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.

В учебно – тренировочном процессе реализуются следующие уровни дополнительных предпрофессиональных программ по видам спорта:

Программа	Уровень	Год обучения	Объём часов	Разряд	Примерный возраст	Наполняемость групп
Дополнительные предпрофессиональные программы по видам спорта: спортивная гимнастика, лёгкая атлетика, спортивная аэробика, лыжные гонки, самбо, дзюдо,	Базовый	Б-1	6	б/р	8-9 лет	5-25 человек
		Б-2	6	б/р	9-10 лет	5-25 человек
		Б-3	8	3 юн (б/р)	10-11 лет	5-25 человек
		Б-4	8	3 юн (б/р)	11-12 лет	5-25 человек

волейбол, хоккей с шайбой, футбол, джиу-джитсу.	Б-5	10	2 юн (б/р)	12-13 лет	5-20 человек
	Б-6	10	1 юн (б/р)	13-14 лет	5-20 человек

## Учебный план

Вид спорта: спортивная гимнастика

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
Обязательные предметные области						
Теоретические основы физической культуры и спорта	25	25	33	33	42	42
Общая физическая подготовка	54	54	66	66	84	84
Вид спорта	50	50	66	66	84	84
Вариативные предметные области						
Хореография и акробатика	39	39	66	66	84	84
Творческое мышление	14	14	17	17	22	22
Различные виды спорта и подвижные игры	28	28	37	37	38	38
Спортивное и специальное оборудование	14	14	17	17	22	22
Специальные навыки	14	14	17	17	22	22
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	17	17	22	22
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

## Учебный план

Вид спорта: спортивная аэробика

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
<b>Обязательные предметные области</b>						
Теоретические основы физической культуры и спорта	25	25	33	33	42	42
Общая физическая подготовка	54	54	66	66	84	84
Вид спорта	50	50	66	66	84	84
<b>Вариативные предметные области</b>						
Хореография и акробатика	39	39	66	66	84	84
Творческое мышление	14	14	17	17	22	22
Различные виды спорта и подвижные игры	28	28	37	37	38	38
Спортивное и специальное оборудование	14	14	17	17	22	22
Специальные навыки	14	14	17	17	22	22
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	17	17	22	22
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

## Учебный план

Вид спорта: легкая атлетика

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
<b>Обязательные предметные области</b>						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
<b>Вариативные предметные области</b>						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

Учебный план  
Вид спорта: самбо

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
Обязательные предметные области						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
Вариативные предметные области						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

Учебный план  
Вид спорта: дзюдо

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
Обязательные предметные области						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
Вариативные предметные области						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210



## Учебный план

Вид спорта: джиу-джитсу

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
<b>Обязательные предметные области</b>						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
<b>Вариативные предметные области</b>						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

Учебный план  
Вид спорта: футбол

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
Обязательные предметные области						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
Вариативные предметные области						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

Учебный план  
Вид спорта: хоккей

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
Обязательные предметные области						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
Вариативные предметные области						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

## Учебный план

Вид спорта: волейбол

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
<b>Обязательные предметные области</b>						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
<b>Вариативные предметные области</b>						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210

## Учебный план

Вид спорта: лыжные гонки

Наименование предметных областей	Базовый уровень подготовки					
	Б-1	Б-2	Б-3	Б-4	Б-5	Б-6
<b>Обязательные предметные области</b>						
Теоретические основы физической культуры и спорта	38	38	50	50	60	60
Общая физическая подготовка	63	63	67	67	95	95
Вид спорта	63	63	69	69	96	96
<b>Вариативные предметные области</b>						
Творческое мышление	23	23	42	42	50	50
Различные виды спорта и подвижные игры	23	23	42	42	50	50
Спортивное и специальное оборудование	14	14	22	22	23	23
Специальные навыки	14	14	22	22	23	23
Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	14	14	22	22	23	23
Количество часов в неделю	6	6	8	8	10	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	5	5
Количество недель	42	42	42	42	42	42
Общее количество часов в год	252	252	336	336	420	420
Общее количество занятий в год	126	126	168	168	210	210