

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Веселовская спортивная школа»

ПРИНЯТА:
Педагогическим советом МБУ ДО «ВСШ»
Протокол № 1 от «31» августа 2023 г.



ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
на 2023-2024 учебный год.

1. Пояснительная записка

Данная программа – документ, определяющий направленность, объем, содержание и порядок организации образовательной деятельности в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Весьегонская спортивная школа» (далее – МБУ ДО «ВСШ»)

Образовательная программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального Закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- «Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
- Разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях Свердловской области. / Методические рекомендации. – Екатеринбург: ГАНУ СО «Дворец молодёжи», РМЦ, 2021. – 24 с. Составитель: Н.Э. Климова, старший методист РМЦ.
- Устава Учреждения.
- Локальные акты учреждения.

Образовательная программа МБУ ДО «ВСШ» предназначена удовлетворять потребности обучающихся в получении качественного бесплатного дополнительного образования по дополнительным общеразвивающим образовательным программам, реализуемым в учреждении; выборе вида спорта в соответствии со своими потребностями, возможностями и способностями.

При разработке образовательной программы учтены:

- возможности образовательной среды в МБУ ДО «ВСШ»;
- уровень квалификации и профессионализма тренеров-преподавателей;
- материально-техническое обеспечение учебного процесса;
- традиции, сложившиеся за годы работы ОУ;

2. Информационная справка о школе

Учреждение дополнительного образования является муниципальным бюджетным учреждением, основное направление которого – осуществление образовательной деятельности в сфере дополнительного образования детей, обеспечение гарантии его общедоступности и бесплатности, реализация программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности.

МБУ ДО «ВСШ» была открыта на основании приказа №74 Районного отдела образования 01.02.1990г. Функции и полномочия учредителя Учреждения осуществляет Администрация Весьегонского муниципального округа Тверской области в лице Отдела образования Администрации Весьегонского муниципального округа Тверской области. МБУ ДО «ВСШ» является частью образовательной системы Весьегонского муниципального округа и принимает активное участие в формировании и развитии образовательно-воспитательной системы социума.

МБУ ДО «ВСШ» осуществляет образовательную деятельность в соответствии с действующим законодательством РФ, лицензией на право ведения образовательной деятельности (серия 69Л01 № 0001705, регистрационный № 1026901544240.) выдана Министерством образования Тверской области 28.01.2016г., срок действия: бессрочно, Уставом МБУ ДО «ВСШ» и локальными нормативными актами.

Образовательная деятельность осуществляется на спортивных объектах, расположенных по адресам:
 Спортзал - ул.Тихонова, д.4г.Весьегонск, Тверская обл.
 Спортзал - ул. Южная, д.24а, г.Весьегонск, Тверская обл.
 Спортзал – ул.Пушкинская, д.38а, с.Кесьма, Весьегонский р-н, Тверская обл.
 Городской стадион –ул.Александровская, г.Весьегонск, Тверская обл

3. Кадровое обеспечение.

В школе работает сплоченный профессионально компетентный коллектив педагогов, в котором каждый несёт ответственность за решение поставленных перед коллективом задач.

Управление школой осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации и Уставом и строится на принципах единоначалия и самоуправления.

№ п/п	Вид спорта	Всего тренеров	Место работы	Профессиональное образование			категория		
				Высшее	Среднее	Физкультурное	Пе рва	Вы сш	Соо твет

						высшее	среднее	я	ая	ств ие
1.	Волейбол	2	основн ое	-	-	1	-	-		2
2.	Футбол	1	основн ое	1	-	-	-	-		1
3.	Тяжелая атлетика	1	основн ое	-	-	1	-	-	1	-
4.	Полиатлон	2	совмес тители		-	1	-	1		1
5.	Спортивный туризм	2	совмес тители	-	-	2	-	-		2
	Всего:	8		2	-	5	-	1	1	6

Всего в МБУ ДО «ВСШ» в этом учебном году работают: штатных - 3 педагога, из них один имеет внутреннее совместительство, 3 – внешних совместителей, 1 директор и 1 заместитель директора по учебно- спортивной работе.

Из 6 тренеров-преподавателей: 5 имеют высшее образование, один тренер имеет высшую категорию, один – первую и 3 человек прошли аттестацию на соответствие занимаемой должности. Все прошли курсы повышения квалификации.

4. Материально-техническая база.

Для обеспечения учебно-тренировочного процесса школа использует спортивные залы образовательных учреждений города и района на безвозмездной основе.

№ п/п	Адрес (местоположение) здания, строения, сооружения, помещения	Назначение оснащенных зданий, строений, сооружений, помещений, с указанием площади (кв. м.)	Собственность или иное вещное право	Полное наименование собственника объекта недвижимого имущества	Образовательная деятельность и спортивная подготовка
1	2	3	4	5	6
1	ул.Тихонова, д.4г.Весьегонск, Тверская обл.	помещения для занятия физической культурой и спортом спортивный зал – 24X12 Спортивная площадка.	безвозмездное пользование	МБОУ «Весьегонская СОШ» кор.№2	полиатлон, тяжелая атлетика, волейбол
2	ул. Южная, д.24а, г.Весьегонск, Тверская обл.	помещения для занятия физической культурой и спортом спортивный зал – 24X12 Спортивная площадка	безвозмездное пользование	МБОУ Весьегонская СОШ» кор.№1	Спортивный туризм,
3	ул.Пушкинская, д.38а, с.Кесьма, Весьегонский р-н, Тверская обл.	помещения для занятия физической культурой и спортом спортивный зал – 9X18	безвозмездное пользование	МБОУ «Кесемская СОШ»	волейбол

В МБУ ДО «ВСШ» имеется в наличии необходимое спортивное оборудование, инвентарь, экипировка для организации учебно-тренировочного процесса.

5. Цели, задачи и направления деятельности школы.

Основной целью деятельности Учреждения является реализация дополнительных образовательных программ и услуг в области физической культуры и спорта в интересах личности, общества и государства, физическое и духовное совершенствование обучающихся через занятия видами спорта, культивируемыми в Учреждении, эффективное использование возможностей физической культуры и спорта в развитии личностного потенциала обучающихся.

Основными задачами Учреждения являются:

- пропаганда здорового образа жизни, профилактика правонарушений, наркомании и других форм зависимости;
- обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения.
- адаптация детей к жизни в обществе;
- формирование общей культуры;
- организация содержательного досуга;
- удовлетворение потребности детей в занятиях физической культурой и спортом.

Основным видом деятельности Учреждения является реализация дополнительных общеобразовательных программ (общеразвивающих) физкультурно-спортивной направленности по видам спорта: волейбол, мини- футбол, полиатлон, тяжелая атлетика, спортивный туризм.

Дополнительными видами деятельности Учреждения являются:

- проведение спортивно-массовых мероприятий локального и муниципального уровней;
- обучение обучающихся навыкам судейства по видам спорта; судейство;
- прием норм комплекса ГТО.

6. Организация образовательного процесса в учреждении

Для организации образовательного процесса Учреждение разрабатывает и утверждает учебный план, годовой календарный план спортивных мероприятий, расписание занятий, годовой календарный учебный график.

Учебно-тренировочная нагрузка обучающихся определяется учебными программами, а также требованиями санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

Обучение в Учреждении ведется на русском языке, в очной форме на общедоступной и бесплатной основе. Обучающиеся Учреждения имеют право заниматься в нескольких объединениях, менять их.

Основными формами организации образовательного процесса являются:

- тренировочные занятия с группой,
- индивидуальные занятия,
- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам,
- теоретические занятия,
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях,
- инструкторская и судейская практика,
- медико-восстановительные мероприятия,
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся и другие.

1. Организация образовательной деятельности

Процесс обучения в МБУ ДО «ВСШ» представляет собой специально организованную деятельность педагогов и обучающихся, направленную на развитие личности, её образование, воспитание.

Организация учебно-воспитательного процесса в Учреждении характеризуется следующими особенностями:

- ✓ Учащиеся приходят на занятия в свободное от основной учёбы время;
- ✓ Обучение организуется на добровольных началах;
- ✓ Детям предоставляются возможности сочетать различные направления деятельности и формы занятий;
- ✓ Допускается переход детей из одной группы в другую.

Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года. Учебный год начинается 1 сентября, если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

Продолжительность учебного года составляет 36 недель для обучения по дополнительным общеразвивающим программам и 6 недель по индивидуальным планам. В Учреждении устанавливается 6-дневная рабочая неделя.

Организация учебных занятий с учащимися осуществляется в соответствии с расписанием занятий.

Продолжительность академического часа для обучающихся составляет 45 минут.

Тренировочные занятия начинаются с 9.00 и заканчиваются не позднее 20.00 часов.

Расписание занятий Учреждения составлено с учетом занятости залов образовательными учреждениями и перерывов между занятиями достаточной продолжительности для отдыха обучающихся и подготовки к следующим занятиям. Общее расписание утверждается директором спортивной школы В течение года расписание может корректироваться в связи с производственной необходимостью.

Образовательная деятельность в Учреждении состоит из трех этапов, на которых, при обучении ставятся задачи:

Спортивно-оздоровительный этап:

- развитие у обучающихся потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, формирование здорового образа жизни;
- расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности;
- усвоение основ знаний в области гигиены и овладение навыками самоконтроля;
- улучшение состояния здоровья обучающихся, их физическое развитие;
- профилактика вредных привычек и правонарушений.

Этап начальной подготовки:

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом;
- повышение уровня физической подготовки обучающихся;
- освоение основ техники избранного вида спорта, базовая подготовка обучающихся и определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации;
- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств.

Учебно-тренировочный этап:

- рост уровня общей и специальной физической подготовки, и спортивных результатов обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта;
- подготовка обучающихся к выполнению объемов учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, необходимых для достижения спортивных результатов;
- специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта.

**Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки
определяется с учетом техники безопасности, в соответствии с данной таблицей.**

Этапы спортивной подготовки	Период обучения (лет)	Минимальная наполняемость группы (чел.)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (чел.)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (час./нед.)	Всего часов в год (36 недель)
спортивно-оздоровительный этап	весь период	10	15-20	30	До 6 но не менее 2 час	216
Этап начальной подготовки	1 год	10(устанавливается организацией)	14-16	25	6-9	216 - 324
	2 год	10 (устанавливается организацией)	12-14	20	6-9	216 - 324
	3 год	10 (устанавливается организацией)	12-14	20	6-9	216 - 324
Тренировочный этап	1год	8-10	10-12	14	12	504 42 недели
	2 год	8-10	10-12	14	12	504 42 недели

Количество учебных групп устанавливается Учреждением по согласованию с Учредителем в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

Количество тренировочных занятий в неделю, продолжительность одного занятия устанавливается с учетом этапа подготовки и стажа занятий спортом:

Этап подготовки	Год обучения	Количество занятий в неделю	Максимальная продолжительность
-----------------	--------------	-----------------------------	--------------------------------

			одного занятия (ак. часы)
Спортивно-оздоровительный	Весь период	До 3	2(90 мин)
Начальная подготовка	1 год	3-4	2(90 мин)
	2-3 год	3-4	2(90 мин)
Тренировочный этап	1-2	3-4	3(135 мин)

8. Порядок зачисления в Учреждение , комплектование групп на различные этапы подготовки.

В Учреждение, в соответствии с имеющимся количеством свободных мест, принимаются все граждане, желающие заниматься видами спорта, культивируемыми в Учреждении, независимо от места жительства в возрасте преимущественно от 6 до 18 лет.

Зачисление в Учреждение производится по заявлению родителей (законных представителей) до 14 лет и лично от подростков старше 14 лет при согласии родителей (законных представителей).

Для приема детей в Учреждение необходимо представить следующие документы:

- письменное заявление родителей (законных представителей) ребенка или совершеннолетнего принимаемого;
- медицинский документ установленной формы о состоянии здоровья ребенка (совершеннолетнего принимаемого) с допуском к занятиям данным видом спорта.

Обучающиеся, их родители (законные представители) несовершеннолетних обучающихся должны быть ознакомлены с настоящим Уставом.

Рекомендуемый минимальный возраст зачисления детей в Учреждение по видам спорта определяется в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Рекомендуемый максимальный возраст обучающихся - 18 лет (для учащейся молодежи - 21 год).

Спортивно-оздоровительные группы формируются как из вновь зачисляемых в Учреждение, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта.

На этап начальной подготовки зачисляются дети, достигшие возраста для занятий избранным видом спорта и сдавшие контрольные испытания. При невозможности зачисления в группы начальной подготовки всех желающих, отбор рекомендуется производить по результатам сдачи контрольных нормативов.

На учебно-тренировочный этап, как правило, зачисляются только практически здоровые дети, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года, при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных учебными программами.

При объединении в группу воспитанников разных по возрасту и спортивной подготовленности, разница в уровне их спортивного мастерства не должна превышать свыше двух спортивных разрядов.

Решение о переводе обучающихся (в т.ч. досрочно) в группу следующего года обучения или этапа спортивной подготовки принимается Педагогическим советом на основании стажа занятий, выполнения контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки, а также заключения врача.

Обучающиеся, не освоившие дополнительную образовательную программу физкультурно-спортивной направленности на предыдущем уровне, не допускаются к обучению на следующем этапе многолетней спортивной подготовки.

Обучающиеся, освоившие в полном объеме дополнительную образовательную программу физкультурно-спортивной направленности на соответствующем этапе многолетней спортивной подготовки, считаются выпускниками программ и переводятся на следующий этап многолетней спортивной подготовки.

Обучающиеся, закончившие полный курс обучения (этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап) считаются выпускниками Учреждения. Учреждение выдает своим выпускникам зачетную классификационную книжку спортсмена – разрядника.

Освоение дополнительной образовательной программы физкультурно-спортивной направленности на всех этапах, завершается итоговой аттестацией обучающихся, проводимой в форме выполнения контрольных нормативов и требований по специальной подготовке.

9. Особенности образовательного процесса

Процесс обучения в Учреждении представляет собой специально организованную деятельность педагогов и обучающихся, направленную на развитие личности, ее образование, воспитание.

Организация учебно-воспитательного процесса в Учреждении характеризуется следующими особенностями:

1. Учащиеся приходят на занятия в свободное от основной учебы время;
2. Обучение организуется на добровольных началах;
3. Детям предоставляются возможности сочетать различные направления деятельности и формы занятий;
4. Допускается переход детей из одной группы в другую.

Учреждение организует занятия в тех или иных формах в течение всего учебного года.

Учебные занятия в Учреждении начинаются с 01 сентября.

Запись в группы осуществляется с 01 сентября по 15 сентября.

По мере некомплекта группы тренер-преподаватель доукомплектовывает группу в течение месяца. Окончательное комплектование объединений и учебной нагрузки тренеров-преподавателей устанавливается на 1 октября.

Каникулярный период регламентируется вышестоящими органами управления образованием муниципального округа и отличается тем, что в эти дни педагоги могут участвовать вместе с учащимися в массовых мероприятиях и работать по специальному

каникулярному плану.

Организация учебных занятий с учащимися осуществляется в соответствии с расписанием занятий. Общее расписание утверждается директором спортивной школы. В течение года расписание может корректироваться в связи с производственной необходимостью. Расписание составляется с учетом санитарно-эпидемиологических норм и требований, интересов занимающихся детей, занятости залов образовательными учреждениями.

Численный состав определяется в соответствии с характером деятельности, возрастом учащихся и особенностями обучения. Численный состав и время занятий группы утверждается администрацией спортивной школы.

Продолжительность тренировочных занятий исчисляется в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся:

На спортивно-оздоровительном этапе - 3 раза в неделю, не более 6 часов.

На этапе начальной подготовки - не более 9 часов.

МБУ ДО «ВСШ» осуществляет образовательную деятельность в течение всего учебного года, включая выходные дни. Обучение ведется на русском языке по без оценочной системы.

Минимальный возраст зачисления детей в Учреждение 6 лет.

Правила приема обучающихся.

Общие требования к приему граждан в Учреждение регулируются Законом Российской Федерации «Об образовании».

Прием граждан в учреждение осуществляется руководителем на основании:

- письменного заявления родителей (законных представителей);
- медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка;
- согласия на обработку персональных данных.

На обучение по дополнительным общеразвивающим программам (на спортивно - оздоровительный этап) принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, так как этого требуют педагогическая этика и психологические законы спортивной ориентации.

На этап начальной подготовки зачисляются обучающиеся, желающие заниматься спортом, не имеющие медицинских противопоказаний, достигшие возраста для занятий избранным видом спорта и прошедшие индивидуальный отбор путем выполнения нормативов по общей физической подготовке согласно избранной учебной программе и прошедшие необходимую подготовку на этапе спортивно – оздоровительной подготовки не менее одного года,

Перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится решением педагогического совета на основании стажа занятий, выполнения контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке по видам спорта, установленных учебными программами.

Обучающиеся, не выполнившие эти требования, на следующий год обучения не переводятся. Такие спортсмены могут решением педагогического совета учреждения продолжать обучение повторный год.

Обучающиеся, не выполнившие контрольно-переводные нормативы, могут продолжать занятия в спортивно-оздоровительных группах. Основными критериями оценки занимающихся на спортивно-оздоровительном этапе являются регулярность посещения занятий, положительная динамика развития физических качеств занимающихся, уровень усвоения знаний и умений по программе.

Образовательная деятельность осуществляется в разновозрастных и разновозрастных группах, объединенных в отделения по видам спорта. Формы проведения занятий — групповая.

Количественный состав обучающихся и объем тренировочной нагрузки в неделю в

группах определяется в зависимости от этапа и года обучения.

Этапы подготовки	Период обучения, лет	Нормативная (мин.) наполняемость группы, человек	Максимальная наполняемость группы, человек	Максимальный объем тренировочной нагрузки, часов в неделю
Спортивно-оздоровительный	весь период	15	30	6
Начальной подготовки	1 год обучения	12-15		6-9
	свыше 1 года обучения	12		9

Продолжительность обучения в каждом отделении по видам спорта предусмотрена реализуемой дополнительной общеобразовательной программой и включает:

- спортивно-оздоровительный этап, который может длиться от 1 года и весь период обучения;
- этап начальной подготовки, который длится 3 года.

Занятия для обучающихся в учреждении проводятся в режиме шестидневной рабочей недели.

Продолжительность занятия по дополнительным общеразвивающим программам (в группах спортивно-оздоровительного этапа) и на этапе начальной подготовки не должна превышать 2-х часов в день.

Продолжительность одного занятия составляет 45 минут. Между занятиями в группах могут предусматриваться перерывы длительностью не менее 10 минут.

Организация образовательной деятельности в учреждении регламентируется в соответствии с законом РФ от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», календарным учебным графиком, учебным планом.

10. Учебный план

Расчет часов и планирование исходят из продолжительности учебно-тренировочных занятий в течение 36 недель (сентябрь - май) - спортивные секции: по волейболу, тяжелой атлетике, полиатлону, спортивному туризму.

Учебный план Учреждения предусматривает динамику роста спортивных результатов при переходе от одного этапа подготовки к следующему и основывается на следующих показателях:

- возраст занимающихся, 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.

В учебный план согласно типового положения и методических рекомендаций по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации, Устава МБУ ДО «ВСШ» входят группы: спортивно-оздоровительные, начальной подготовки по видам спорта.

Наименование отделения	Спортивно-- оздоровительный			Начальной подготовки			Всего
	СОГ- 1	СОГ -2	СОГ-3	НП- 1	НП- 2	НП- 3	
Волейбол	2	1	1	-	-	-	4
Полиатлон		1				1	2
Спортивный туризм		2	2		-	-	4
Тяжелая атлетика	1	1	1				3
ИТОГО:	3	5	4	-	-	1	13

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки.

Этап спортивно-оздоровительный:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;

Этап начальной подготовки:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- выявление задатков и способностей детей;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- воспитание черт спортивного характера.

Учебный план определяет направления образовательной деятельности отделений по видам спорта, названия реализуемых программ, количество часов в неделю и количество учебных групп по годам и этапам обучения. Количество часов и групп определяется приоритетами образовательной направленности, социальным заказом родителей, муниципальным заданием. Образовательная деятельность осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами и правилами.

Учебный план рассчитан на 36 недель учебно-тренировочных занятий для реализации дополнительных общеразвивающих программ. Реализация учебного плана позволяет удовлетворить образовательные запросы обучающихся и их родителей; создать каждому воспитаннику школы условия для самоопределения и развития; обеспечить возможность детям и подросткам реализовать свой физический потенциал, задатки и способности к спорту.

Дополнительные общеразвивающие образовательные программы реализуются

согласно учебного плана и комплектования МБУ ДО «ВСШ» на 2023-2024 учебный год.

Образовательная деятельность организуется в соответствии с дополнительными общеразвивающими образовательными программами.

Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию.

Расписание занятий составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся администрацией учреждения по представлению педагогических работников (тренеров-преподавателей) с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Расписание работы спортивных секций МБУ ДО «ВСШ» на 2023 -2024 учебный год.

№	Фамилия, имя, отчество	Вид спорта	Место занятий	Время
1.	Березкин Александр Михайлович	волейбол 18 часов.	Спортзал Кесемской СОШ	СОП- 1 <i>16.00 – 17.45 (понедельник, среда, пятница)</i> СОП – 2 <i>16.00 - 17.45 (вторник, четверг, суббота)</i> СОП-3 <i>18.00 – 19.45 (понедельник, среда, пятница)</i>
2.	Богатынин Александр Николаевич	волейбол 6 часов	ВСОШ кор.№2	СОП – 1 <i>17. 00 - 18.45 (понедельник, среда, пятница)</i>
3.	Назаров Михаил Валентинович	тяжелая атлетика 18 часов	ВСОШ кор.№2	СОП-1 <i>16.00 – 17.45 (понедельник, среда, пятница)</i> СОП-2 <i>16.00 - 17.45 (вторник, четверг)</i> <i>18.00 – 19.45 (среда)</i> СОП-3 <i>18.00-19.45(понедельник, вторник, четверг)</i>
4.	Смирнова Ольга Валентиновна	полиатлон 12 часов	ВСОШ кор.№2 Стадион	СОП -2 <i>17.00 – 17.45 (понедельник, среда, пятница)</i> НП-3 <i>17.00-18.45 (вторник)и</i>

				18.00-19.45(понедельник, среда, пятница) и 17.00 – 17.45 (четверг)
5.	Токарев Дмитрий Андреевич	спортивный туризм 12 часов	ВСОШ кор.№1	СОП-2 16.00 – 16.45 (понедельник, среда, пятница) 17.00-17.45 (понедельник, среда, пятница) СОП- 3 18.00 – 18.45 (понедельник, среда) и 16.00 – 17.45 (вторник, четверг)
6.	Токарева Кристина Игоревна	спортивный туризм 12 часов	ВСОШ кор.№1	СОП-2 16.00 – 17.45 (понедельник, среда, пятница) СОП-3 16.00 – 17.45 (вторник, четверг) 18. 00 - 18.45(понедельник, среда,)

План – график

распределения учебных часов для волейболистов

в группе спортивно - оздоровительной подготовки 1 года обучения (СОП- 1)

Тренер-преподаватель: Берёзкин А.М.

Содержание занятий	Периоды года									
	подготовительный						соревновательный		переходный	всего
№	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	часов за год
Общая физическая подготовка	14	15	14	15	13	13	11	13	12	120
Специальная физическая подготовка	9	9	9	9	10	10	10	9	11	86
Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке			1		1		1		1	4
Теоретическая подготовка	1					1	2	2		6
Участие в соревнованиях	По календарному плану									
Итого часов	24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

План – график

распределения учебных часов для волейболистов

в группе спортивно - оздоровительной подготовки 2 года обучения (СОП- 2)

Тренер-преподаватель: Берёзкин А.М.

Содержание занятий	Периоды года									
	подготовительный						соревновательный		переходный	всего
№	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	часов за год
Общая физическая подготовка	13	14	13	14	12	12	10	12	10	110
Специальная физическая подготовка	10	10	10	10	11	11	11	10	13	96

Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке			1		1		1		1	4
Теоретическая подготовка	1					1	2	2		6
Участие в соревнованиях	По календарному плану									
Итого часов	24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

План – график

распределения учебных часов для волейболистов

в группе спортивно - оздоровительной подготовки 3 года обучения (СОП- 3)

Тренер-преподаватель: Берёзкин А.М.

Содержание занятий	Периоды года									
	подготовительный						соревновательный		переходный	всего
№	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	часов за год
Общая физическая подготовка	12	12	12	11	11	11	11	10	10	100
Специальная физическая подготовка	10	10	11	13	12	12	11	14	13	106
Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке			1		1		1		1	4
Теоретическая подготовка	2	2				1	1			6
Участие в соревнованиях	По календарному плану									
Итого часов	24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

План – график
распределения учебных часов для полиатлонистов
в группе спортивно- оздоровительной подготовки
2года обучения (СОП – 2)
Тренер – преподаватель: СмирноваО.В.

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	
1	Теоретическая подготовка	3	3		
1.1	Физкультурно-спортивное многоборье. Полиатлон (зимнее и летнее)	0,5	0,5		-участие в беседе; -краткий пересказ учебного материала; - семинары; -устный анализ к рисункам, фотогра- фиям, фильмам
	Гигиена тренировочных занятий, закаливание, режим питания, отдыха.	0,5	0,5		
	Краткие сведения о строении и функциях организма	0,5	0,5		
	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	0,5	0,5		
	Основы техники спортивных видов полиатлона	0,5	0,5		
	Правила соревнований видам спорта	0,5	0,5		
2	Практические занятия	105		105	
2.1	Общая физическая подготовка	64		64	-контрольные нормативы по общей физической подготовке. - врачебный контроль
2.1.1	▪ подвижные игры и эстафеты,	20		20	
2.1.2	▪ спортивные игры,	20		20	
2.1.3	▪ общеразвивающие (с предметами и без), акробатические упражнения,	25		25	
2.1.4	▪ легкоатлетические упражнения (бег на короткие дистанции, л/а кросс)	22		22	
2.2	Специальная физическая подготовка	22		22	контрольные нормативы и

2.2.1	▪ упражнения для развития силы	5		5	упражнения -текущий контроль
2.2.2	▪ упражнения для развития быстроты,	5		5	
2.2.3	▪ упражнения для развития равновесия, гибкости	5		5	
2.2.4	▪ упражнения для развития скоростно- силовых качеств,	5		5	
2.2.5	▪ упражнения для развития специальной выносливости.	2		2	
2.3	Техническая подготовка	16		16	-контрольные упр., - нормативы и контрольные тренировки. -текущий контроль
2.3.1	▪ техника лыжных классических ходов(попеременный одношажный, четырёхшажный, бесшажный, одновременный одношажный, бесшажный. ▪ техника коньковых ходов	10		10	
2.3.2	▪ техника бега (на короткие, средние и длинные дистанции)	3		3	
2.3.3	▪ техника метания мяча.	3		3	
2.4	Контрольные испытания	3		3	-протокол соревнований промежуточный, итоговый
Итого		108		3	105

План – график распределения учебных часов для полиатлонистов

в группе начальной подготовке 3 года обучения Тренер – преподаватель: Смирнова О.В.

№	Виды подготовки	Периоды года											Всего часов
		Подготовительный				Соревновательный					Переходный		
<i>Месяц</i>		<i>09</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12</i>	<i>01</i>	<i>02</i>	<i>03</i>	<i>04</i>	<i>05</i>	<i>06</i>	<i>07</i>	
1.	ОФП	16	16	16	16	14	12	18	14	11			133
2.	СФП и СТП	18	20	20	19	18	20	20	20	18			173
3.	Соревнования	По графику соревнований											
4.	Контрольные испытания	1	2	2					1	4			10

5.	Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1				8
6.	Всего часов	36	39	39	36	33	33	39	36	33			324
	<i>Часов в неделю</i>	9	9	9	9	9	9	9	9	9			

План-график распределения учебных часов.

Спортивный туризм. Тренер-преподаватель Токарев Д.А. СОП – 2

Разделы подготовки.	Всего часов	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май		
I. Теория.	5	1	1	2			1					
II. Практические занятия.												
1.Общефизическая подготовка.	53	6	6	6	6	6	6	6	6	5		
2.Специальная подготовка.	32	3	3	3	4	4	4	4	4	3		
3.Изучение и совершенствование техники и тактики	15	2	2	1	2	2	1	2	2	1		
4. Инструкторская и судейская практика	-											
III. Контрольно-переводные нормативы.	3									3		
IV. Участие в соревнованиях.	По календарному плану спортивных мероприятий											
Всего часов в месяц.		12	12	12	12	12	12	12	12	12		
ИТОГО часов в год.	108											

План-график распределения учебных часов.

Спортивный туризм. Тренер-преподаватель Токарев Д.А. СОП – 2

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	1	1	
2	Общая и специальная физическая подготовка	14	1	13

3	Топография и ориентирование	24	6	18
4	Основы туристической подготовки	24	11	13
5	Краеведение	10	10	
6	Основы гигиены и первая помощь	18	6	12
7	Общая и специальная физическая подготовка	15		15
8	Контрольно- переводные нормативы	2		2
	Итого	108 часов	35	73

План-график распределения учебных часов.

Спортивный туризм. Тренер-преподаватель Токарев Д.А. СОП - 3

Разделы подготовки.	Всего часов	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
I. Теория.	15	1	1	1	2	3	3	2	1	1
II. Практические занятия.										
1. Общефизическая подготовка.	85	10	10	10	10	9	9	9	9	9
2. Специальная подготовка.	100	12	12	12	11	11	11	11	10	10
3. Изучение и совершенствование техники и тактики	10	1	1	1	1	1	1	2	1	1
4. Инструкторская и судейская практика	-									
III. Контрольно-переводные нормативы.	6								3	3
IV. Участие в соревнованиях.	По календарному плану спортивных мероприятий									
Всего часов в месяц.		24	24	24	24	24	24	24	24	24
ИТОГО часов в год.	216									

План-график распределения учебных часов. Спортивный туризм.

Тренер-преподаватель Токарева К.И. СОП - 2

Разделы подготовки.	Всего часов	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
I. Теория.	12	2	1	1	1	2	1	2	1	1
II. Практические занятия.										
1. Общефизическая подготовка.	92	11	11	11	11	11	11	11	8	7
2. Специальная подготовка.	76	7	8	9	8	8	9	8	9	10
3. Изучение и совершенствование техники и тактики	30	4	4	3	4	3	3	3	3	3
4. Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
III. Контрольно-переводные нормативы.	6								3	3
IV. Участие в соревнованиях.	По календарному плану спортивных мероприятий									
Всего часов в месяц.		24	24	24	24	24	24	24	24	24
ИТОГО часов в год.	216									

План-график распределения учебных часов. Спортивный туризм.

Тренер-преподаватель: Токарева К.И. СОП – 3.

Разделы подготовки.	Всего часов	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
I. Теория.	15	1	1	1	2	3	3	2	1	1
II. Практические занятия.										
1.Общесфизическая подготовка.	85	10	10	10	10	9	9	9	9	9
2.Специальная подготовка.	100	12	12	12	11	11	11	11	10	10
3.Изучение и совершенствование техники и тактики	10	1	1	1	1	1	1	2	1	1
4. Инструкторская и судейская практика	-									
III. Контрольно-переводные нормативы.	6								3	3
IV. Участие в соревнованиях.	По календарному плану спортивных мероприятий									
Всего часов в месяц.		24	24	24	24	24	24	24	24	24
ИТОГО часов в год.	216									

План-график распределения учебных часов. Тяжелая атлетика.

Тренер-преподаватель: Назаров М.В. СОП - 1

Содержание занятий.											
	переходный		подготовительный			соревновательный					Все го
месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май		Часов в год
1.Теоретические занятия.	1		1	2		1			1		6
2.ОФП	18	21	19	18	14	15	20	21	14		160
3.Специальная физическая подготовка.	4	4	4	6	6	7	4	4	3		42
4.Контрольные испытания по физической подготовке.			1		1	1		1	1		5
5.Приемные и переводные испытания.	1	1							1		3
Итого часов.	24	26	26	26	20	24	24	26	20		216

План-график распределения учебных часов. Тяжелая атлетика.

Тренер-преподаватель: Назаров М.В. СОП - 2

Содержание занятий										
	переходный		подготовительный			соревновательный				Всего
месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Часов в год
1. Теоретические занятия	1		1						4	6
2.ОФП	15	18	19	18	12	13	16	18	11	140

3.Специальная физическая подготовка.	6	5	6	8	8	11	8	8	2	62
4.Контрольные испытания по физической подготовке.	1	2							2	5
5.Приемные и переводные испытания.	1	1							1	3
Итого часов.	24	26	26	26	20	24	24	26	20	216

План-график распределения учебных часов. Тяжелая атлетика.

Тренер-преподаватель: Назаров М.В. СОП - 3

Содержание занятий										
	месяц	переходный		подготовительный			соревновательный			Всего
	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Часов в год
1.Теоретические занятия		1	1		1			1	1	5
2.ОФП	10	10	10	8	8	10	10	8	8	82
3.Специальная физическая подготовка.	13	14	13	18	12	12	14	14	13	123
4.Контрольные испытания по физической подготовке.					1			1	1	3
5.Приемные и переводные испытания.	1	1							1	3
Итого часов	24	26	24	26	22	22	24	24	24	216

План-график распределения учебных часов. Волейбол.

Группа спортивно-оздоровительной подготовки. СОП – 1

Тренер-преподаватель: Богатынин А.Н.

Содержание Занятий СОП)	Периоды года									
	подготовительный					соревновательный		переходный		всего
№	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	часов за год
Общая физическая подготовка	14	14	14	12	12	13	13	14	14	120
Специальная физическая подготовка, техника и тактика	10	10	10	10	10	10	10	8	8	86
Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке	1				1		1		1	4
Теоретическая подготовка	1		1		1		1	1	1	6
Участие в соревнованиях	По календарному плану									
Итого часов	26	24	25	22	24	23	25	23	24	216

Итогом реализации программы должны стать следующие результаты:

- Увеличение количества детей, привлеченных к занятиям физической культурой и спортом;
- Проведение работы по формированию принципов здорового образа жизни;
- Обеспечение возможности получения доступного и качественного дополнительного образования;
- Обеспечение занятости детей различными формами деятельности и как следствие:
 - сокращение количества детей, состоящих на учете в ОДН;
 - обеспечение поддержки талантливых и способных детей и подростков;
 - создание условий для формирования социально-активной личности.

Одним из социальных эффектов реализации программы станет улучшение качества физического здоровья участников образовательного процесса, выражающееся в снижении показателей количества детей с низким уровнем физического развития.

Важным социальным эффектом реализации мероприятий программы станет создание комфортных условий для получения качественных образовательных услуг, закрепление педагогических кадров в общей системе образования.