

**Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»**

Рассмотрена и рекомендована

Педагогическим советом
МАУ ДО ДЮСШ
протокол от 01.09.2025г. № 1

Утверждена

Приказом директора
МАУ ДО ДЮСШ
от 01.09.2025г. № 97-од

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
МАУ ДО ДЮСШ**

на 2025 -2026 учебный год

**г.Уварово
2025**

Пояснительная записка

Данная программа – документ, определяющий направленность, объем, содержание и порядок организации образовательной деятельности Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» (далее – Учреждение).

Нормативно-правовая база образовательной программы:

–Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

–приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.09.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

–приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями от 02.02.2021 г.№ 38);

–распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

–методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);

–постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

–Устав МАУ ДО ДЮСШ.

Цель Программы: реализация дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта, услуг спортивной направленности для всестороннего физического и духовного развития и совершенствования учащихся, профессионального самоопределения.

Основными задачами реализации Программы являются:

– 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;

– отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития.

Таким образом, образовательная программа создаёт такую модель обучения, которая позволит решить вопросы массового развития детского спорта, работы с одаренными детьми, а также воспитание целенаправленной личности с высоким самосознанием, морально-волевыми качествами.

Программа направлена на:

- создание условий для физического образования, воспитания и развития личности детей и подростков;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации;
- укрепление психического и физического здоровья;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Условия реализации образовательной деятельности соответствуют установленным требованиям, что зафиксировано в заключениях Роспотребнадзора и Госпожнадзора.

Данная программа предусматривает несколько уровней освоения дополнительных образовательных программ физкультурно-спортивной направленности.

Этапы подготовки и сроки освоения представлены в таблице:

Этапы подготовки	Год обучения	Кол-во часов в неделю	Наполняемость (мин/макс)	Минимальный возраст зачисления	Объем учебной нагрузки	Требования по спортивной подготовке на конец учебного года
спортивно-оздоровительный этап	1	4	10-25	7-17 лет	126-168	Выполнение требований итоговых и контрольно-переводных нормативов
стартовый уровень	1-2	6	10/25 чел.	7 лет	312	
базовый уровень	1-3	7		10 лет	364	
продвинутый уровень	1-3	8	6/20 чел.	13 лет	416	

Задачи на этапах многолетней подготовки:

Спортивно-оздоровительный этап – организация содержательного досуга и систематических занятий средствами физической культуры для достижения уровня здоровья и работоспособности, необходимых для подготовки к общественно-полезной деятельности и дальнейшим занятиям спортом.

Стартовый уровень – организация систематических занятий спортом, направленных на развитие личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, определение специализации в виде спорта.

Базовый и продвинутой уровни – повышение уровня физического развития, общей физической и специальной подготовленности, специализированная подготовка перспективных спортсменов, профилактика вредных привычек и правонарушений.

Результатом освоения образовательной программы является:

Предметные результаты:

Обучающиеся будут знать

- историю возникновения выбранного вида спорта;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях спортом

и правила его предупреждения;

- спортивные термины и правила выбранного вида спорта;
- значение систематических занятий для укрепления здоровья детей;
- о воздействии вредных привычек на организм ребенка.

Обучающиеся будут уметь:

– выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;

- владеть тактико-техническими приемами выбранного вида спорта;
- владеть основами судейства в выбранном виде спорта.

Личностные результаты:

– формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

– воспитание морально-этических и волевых качеств;

– дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

– умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

– умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

– определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

– уметь организовать самостоятельные занятия по выбранному виду спорта, а также, с группой товарищей;

– организовывать и проводить спортивные соревнования в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;

– умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

– умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

1. Образовательная деятельность МАУ ДО ДЮСШ на 2025/26 учебный год

Основной целью дополнительного образования в МАУ ДО ДЮСШ является:

- физическое воспитание и развитие личности;
- приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта;
- отбор наиболее одаренных детей и подростков;
- создание условий для достижения спортивных результатов в избранном виде спорта.

Основные задачи:

- создание условий для развития массового детского и юношеского спорта;
- обеспечение повышения уровня общей и специальной физической подготовленности по видам спорта;
- укрепление взаимосвязей ДЮСШ с образовательными организациями города по вопросам организации массовой физкультурно-спортивной работы, оказание методической и практической помощи учителям физкультуры, инструкторам по физической культуре.

1.1 Направления образовательной деятельности

Основные направления образовательной деятельности МАУ ДО ДЮСШ:

- создание условий для осуществления образовательной деятельности и тренировочного процесса в рамках дополнительного образования в области физической культуры и спорта.
- подготовка обучающихся для обучения в дальнейшем по программам спортивной подготовки.

МАУ ДО ДЮСШ предоставляет бесплатные образовательные услуги по дополнительным общеразвивающим программам в рамках муниципального задания.

1.2 Организация образовательной деятельности

Организация образовательной деятельности в МАУ ДО ДЮСШ регламентируется годовым календарным графиком, учебными планами, расписанием учебных занятий. (Приложение 1-3.) Тренировочный процесс ведётся на 7 отделениях по видам спорта: бокс, волейбол, гандбол, спортивная борьба, лёгкая атлетика, лыжные гонки, футбол.

МАУ ДО ДЮСШ осуществляет работу в течение всего календарного года. В летнее время в учреждении организуется лагерь с дневным пребыванием детей.

В школе устанавливается 6-дневная рабочая неделя.

Тренировочные занятия проводятся с учетом режима работы и расписания в общеобразовательных школах с 12.00 до 21.00 часа.

Количество тренировочных занятий в неделю, продолжительность одного

занятия устанавливается с учетом этапа подготовки и стажа занятий в МАУ ДО ДЮСШ.

Во время каникул в общеобразовательных организациях, возможно проведение двух тренировочных занятий в день.

Расписание занятий составляется тренерами-преподавателями с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной деятельности детей и подростков в общеобразовательных организациях.

Основными формами тренировочного процесса являются:

- групповые тренировочные занятия (практические и теоретические);
- работа по индивидуальным планам подготовки;
- тренировочные сборы;
- соревнования;
- тестирование.

1.3 Порядок зачисления в ДЮСШ, условия перевода и обучения на различных этапах спортивной подготовки

При приеме граждан на обучение по дополнительным образовательным общеразвивающим программам требования к их уровню образования не предъявляются.

Обучение по дополнительным образовательным общеразвивающим программам.

Зачисление в ДЮСШ на обучение по общеразвивающим образовательным программам осуществляется на основании заявления родителя (законного представителя) и медицинского допуска для занятий в спортивной школе.

Занятия в спортивно-оздоровительных группах осуществляется на бюджетной основе в рамках муниципального задания при наличии бюджетных мест.

1.4. Порядок комплектования групп на различных этапах подготовки

Группы комплектуются на отделениях ДЮСШ в соответствии с программными требованиями, которые включают в себя:

- минимальный возраст обучающегося,
- стаж занятий в ДЮСШ.

При комплектовании учебных групп допускается объединение спортсменов, имеющих различный стаж занятий на данном этапе (при условии, что разница в уровне спортивной подготовленности не превышает 2-х спортивных разрядов). В данном случае, объем годовой тренировочной нагрузки устанавливается в соответствии со стажем занятия большинства спортсменов этой группы и утверждается приказом директора.

Минимальный возраст для зачисления (перевода) на этапы подготовки

Этапы спортивной подготовки	Минимальный возраст для зачисления (перевода) в группы по видам спорта (лет)						
	Легкая атлетика	Лыжные гонки	Футбол	Волейбол	Бокс	Спортивная борьба	Гандбол
Ознакомительный уровень (СОГ)	6	6	6	6	6	6	7
Стартовый уровень	7	7	7	7	7	7	-
Базовый уровень	10	10	10	10	10	10	-
Продвинутый уровень	13	13	13	13	13	13	-

Формирование групп учащихся с учетом этапов (периодов) подготовки

Этап подготовки	Минимальная наполняемость группы (человек)	Минимальная наполняемость группы в командных игровых видах спорта (чел)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы в командных игровых видах спорта (чел)
Ознакомительный уровень (СОГ)	10	14	25	25
Стартовый уровень	10	12	25	25
Базовый уровень	10	12	25	25
Продвинутый уровень	6	10	20	20

Формирование объема недельной тренировочной нагрузки учащихся с учетом этапов (периодов) подготовки (в академических часах)

Этап подготовки	Период	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (ч)	Максимальный объем тренировочной нагрузки за год (ч)	Кол-во дней в неделю
Ознакомительный уровень (СОГ)	Весь период	3-4	126-168	3-2
Стартовый уровень	Весь период	6	312	3
Базовый уровень	Весь период	7	364	3-4
Продвинутый уровень	Весь период	8	416	3-4

2. Ресурсное обеспечение образовательной деятельности МАУ ДО ДЮСШ

2.1. Программное обеспечение образовательной деятельности

Отделение	Реализуемые программы	Возраст учащихся по программе	Срок реализации
Бокс	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бокс» (разноуровневая)	7-18 лет	8 лет
Волейбол	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» (разноуровневая)	7-18 лет	8 лет
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Играем в волейбол»	10-12 лет	10 месяцев
Спортивная борьба	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная борьба» (разноуровневая)	7-18 лет	8 лет
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы спортивной борьбы»	8-10 лет	10 месяцев
Лёгкая атлетика	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лёгкая атлетика» (разноуровневая)	7-18 лет	8 лет
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лёгкая атлетика»	10-12 лет	10 месяцев
Лыжные гонки	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лыжные гонки» (разноуровневая)	7-18 лет	8 лет
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лыжные гонки»	6-17 лет	10 месяцев
Футбол	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (разноуровневая)	7-18 лет	8 лет
	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол»	7-8 лет	10 месяцев
Гандбол	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Играем в гандбол»	6-17 лет	10 месяцев

2.2. Материально-техническая база

Учебные и специализированные помещения, используемые для реализации образовательных программ

Фактический адрес зданий, строений, сооружений, помещений, территорий	Вид и назначение зданий, строений, сооружений, помещений, с указанием площади (кв. м)	Кадастровый (или условный) номер объекта недвижимости	Реквизиты и сроки действия правоустанавливающих документов	Реквизиты заключений, выданных органами, осуществляющими государственный санитарно-эпидемиологический надзор, государственный пожарный надзор
1	2	3	4	5
393460 Тамбовская область, город Уварово, переулок Первомайский, дом 4	Типовое здание: спортзал – 289,2 кв.м. лыжная база – 49,0 кв.м. раздевалка (две) – 36,0 кв.м. душевые и туалеты для детей – 24,8 кв.м. туалет – 14,0 кв.м. кабинет директора – 5 кв.м. методкабинет – 22,7 кв.м. тренировочная (две) – 31,0 кв.м. коридор – 28,4 кв.м. административно-хозяйственные помещения (девять) – 220,9 кв.м. (721 кв.м.)	68:30:0003005:9	Постановление администрации г.Уварово Тамбовской области от 28.11.2011 № 2388	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000001.01.12 от 12.01.2012 г. (бланк № 2160591) Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г.
393464 Тамбовская область, город Уварово, первый микрорайон (корпус №1)	зал бокса – 252,5 кв.м. зал борьбы – 252,5 кв.м. тренажёрный зал – 125,4 кв.м. раздевалки (две) – 51,5 кв.м. кабинет директора – 8,7 кв.м. тренировочная – 8,9 кв.м. туалетные комнаты (три) – 18,6 кв.м. душевые (две) – 9,9 кв.м. подсобные помещения – 8,6 кв.м.	68:30:0004013:3	Постановление администрации г.Уварово Тамбовской области от 28.11.2011 № 2388	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000009.01.12 от 25.01.2012 г. (бланк № 2160599) Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г..

	административно-хозяйственные помещения (шесть) – 36,7 кв.м. (773,3кв.м.)			
393464 Тамбовская область, город Уварово, микрорайон «Молодёжный», дом 13 (корпус №2)	Типовое здание: спортзал – 423,6 кв.м. лыжная база – 14,3кв.м. раздевалки (две) – 20,1кв.м. кабинет директора –7,7кв.м. тренерская – 14,0 кв.м. подсобные помещения – 8,6кв.м. туалет (три) –6,9 кв.м. (495,2 кв.м.)	68:30:0004037:40	Постановление администрации г.Уварово Тамбовской области от 28.11.2011 № 2388	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000002.01.12 от 12.01.2012г. (бланк № 2160592) Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г.
393464 Тамбовская область г.Уварово I микрорайон МБУК УГДК «Дружба»	спортивный зал – 288,0кв.м. раздевалки (две) –18,0 кв.м. туалетные комнаты (две) – 9 кв.м. (315 кв.м.)		договор безвозмездного пользования недвижимым имуществом от 01.08.2020г. № 5	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000010.01.12 от 25.01.2012г. (бланк № 2160600) Приложение к санитарно-эпидемиологическому заключению №68.05.04.000.М.000010.01.12 от 25.01.2012г. Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г.
393460 Тамбовская область г.Уварово 4-ый микрорайон д. 1	спортивный зал – 288,0кв.м. раздевалка – 7,5 кв.м. туалетная комната – 9,0 кв.м. (304,5 кв.м.)		договор безвозмездного пользования недвижимым имуществом от 01.08.2020г. № 3	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000010.01.12 от 25.01.2012г. (бланк № 2160600) Приложение к санитарно-эпидемиологическому заключению №68.05.04.000.

				М.000010.01.12 от 25.01.2012г. Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г.
393460 Тамбовская область г.Уварово 2-ой микрорайон д. 4а	спортивный зал – 288,0кв.м. раздевалка – 8,0 кв.м. душевая и туалетная комната – 16,0 кв.м. (312кв.м.)		договор безвозмездного пользования недвижимым имуществом от 01.08.2020г. № 3	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000010.01.12 от 25.01.2012г. (бланк № 2160600) Приложение к санитарно- эпидемиологическому за- ключению №68.05.04.000. М.000010.01.12 от 25.01.2012г. Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г.
393464 Тамбовская область г.Уварово 1-ый микрорайон д.25а	спортивный зал – 276,0кв.м. раздевалка – 6,5 кв.м. туалетная комната – 15,0 кв.м. (297,5 кв.м.)		договор безвозмездного пользования недвижимым имуществом от 01.09.2016г. № 2 01.08.2020г. № 3	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000010.01.12 от 25.01.2012г. (бланк № 2160600) Приложение к санитарно- эпидемиологическому за- ключению №68.05.04.000. М.000010.01.12 от 25.01.2012г. Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности

				№ 000887 от 02.02.2016 г.
Тамбовская область, г.Уварово, 1 мкрн, д.17 «а», корп. № 2	спортивный зал – 280,0кв.м. раздевалка – 9,0 кв.м. туалетная комната (две) – 12,0 кв.м. (301 кв.м.)		договор безвозмездного пользования недвижимым 01.08.2020г. № 4	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000010.01.12 от 25.01.2012г. (бланк № 2160600) Приложение к санитарно- эпидемиологическому за- ключению №68.05.04.000. М.000010.01.12 от 25.01.2012г. Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г.
393460 Тамбовская область, г.Уварово, ул.Шоссейная, д. 1	спортивный зал – 162,0кв.м. раздевалка – 7,5 кв.м. туалетная комната – 4,5 кв.м. (174 кв.м.)		договор безвозмездного пользования недвижимым имуществом от 01.08.2020г. № 2	Санитарно-эпидемиологическое заключение № 68.05.04.000.М.000010.01.12 от 25.01.2012г. (бланк № 2160600) Приложение к санитарно- эпидемиологическому за- ключению №68.05.04.000. М.000010.01.12 от 25.01.2012г. Заключение о соблюдении на объектах соискателя лицензии требований пожарной безопасности № 000887 от 02.02.2016 г.
Всего (кв. м):	3693,5 кв.м.	X	X	X

2.3. Кадровое обеспечение

Руководящий и тренерско-преподавательский состав в Учреждении имеет достаточно хороший образовательный и квалификационный уровень, способен на высоком уровне решать задачи образовательной и воспитательной деятельности.

Административные работники

Наименование должности	Всего	Всего (штатных)	Из них						
			профессиональное образование				квалификационную категорию		
			высшее	среднее	в том числе физкультурное		высшую	первую	соответствие
					высшее	среднее			
Директор	1	1	1						1
Заместитель директора	3	1	1						1
ВСЕГО	4	2	2						2

Административные работники МАУ ДО ДЮСШ в полном составе прошли аттестацию на соответствие и обучение на курсах повышения квалификации. Директор имеет высшее педагогическое образование, учёную степень кандидата физико-математических наук, прошёл профессиональную переподготовку по программе «Менеджмент в образовании». Зам.директора по УВР имеет высшее педагогическое физкультурное образование, зам. директора по АХЧ имеет высшее юридическое образование.

Средний возраст – 48 лет.

Педагогический состав

отделение	Всего	в том числе штатных	из них имеют:						
			профессиональное образование				квалификационную категорию		
			высшее	среднее	в том числе физкультурное		высшую	первую	соответствие
					высшее	среднее			
Методисты	2	2	2		1			1	
Бокс	2	2	2				1	1	
Волейбол	1	1	1		1				1
Спортивная борьба	1	1	1		1		1		
Лёгкая атлетика	2	1	1	1	1	1			2
Лыжные гонки	5	1	3	2	3	2	1	3	1
Футбол	3	3	1	2	1			1	2
Гандбол	1	-	1		1			1	
ВСЕГО	17	11	12	5	9	3	3	7	6

Средний возраст педагогических работников – 55,7 лет.
70,6% педагогических работников имеют высшее образование.
58,8% педагогических работников имеют квалификационную категорию,
35,3% – аттестацию на соответствие, 2 человека не подлежат аттестации.

Прошли обучение на курсах повышения квалификации 100% педагогических работников.

Календарный учебный график

Продолжительность учебного года составляет 42-46 недели учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях Учреждения (для всех этапов подготовки) и 6 недель в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) по индивидуальным планам работы с учащимися на период их активного отдыха (для стартового, базового и продвинутого уровней).

1. Регламент образовательного процесса

Учебные занятия проводятся в соответствии с расписанием: понедельник – воскресенье.

Занятия начинаются не ранее 12.00 и заканчиваются не позднее 20.00. Для обучающихся старше 15 лет допускается окончание занятий в 21.00 час.

Учебные занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором учреждения. Продолжительность учебных занятий измеряется в академических часах, один час равняется 45 минутам (для обучающихся 6-7 лет – 35 минут).

Продолжительность одного учебного занятия:

- на ознакомительном уровне (СОГ) – 2 часа;
- на стартовом уровне – 2 часа (в выходные и каникулярное время – 3 часа);
- на базовом и продвинутом уровнях – 3 часа.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 6 академических часов. Перерыв между занятиями учебных групп – не менее 5 минут.

Учащиеся принимают участие в соревнованиях согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий Учреждения, который утверждается приказом директора.

Занятия учащихся в период школьных каникул проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, планом работы Учреждения в форме тренировочных занятий, спортивно-массовых мероприятий, выезда в оздоровительные лагеря, участия в тренировочных сборах, самостоятельной работы учащихся по индивидуальным планам подготовки.

2. Режим работы учреждения

Начало учебного года – 01.09.2025

Окончание учебного года - 31.08.2026

[illegible]

РЕЖИМ РАБОТЫ МАУ ДО ДЮСШ

категория работников	рабочие дни	режим работы	обеденный перерыв	выходной
Учреждение	понедельник – воскресенье	8.30 – 21.00	-	-
Администрация ДЮСШ	понедельник – пятница	8.30 – 17.30	12.30 – 13.30	суббота воскресенье
Обслуживающий персонал	понедельник – пятница	8.30 – 17.30	12.30 – 13.30	суббота воскресенье
Тренерско-преподавательский состав	по расписанию	по расписанию	по расписанию	по расписанию

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ
тренеров-преподавателей МАУ ДО ДЮСШ на 2025-26 учебный год

№	Ф.И.О.	вид спорта	№ группы	Этап подготовки	Кол-во восп.	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресение
	Милосердов Сергей Петрович	волейбол	1	СОГ	15		15.30-17.00 ДЮСШ		15.30-17.00 ДЮСШ			
			2	СУ 2 6 ч	15	14.30-16.00 с/з «Дружба»		14.30-16.00 с/з «Дружба»		14.30-16.00 с/з «Дружба»		
			3	БУ 1 7 ч	12	16.15-17.45 с/з «Дружба»		16.15-17.45 с/з «Дружба»		16.15-18.30 с/з «Дружба»		
	Немтинов Андрей Александрович	футбол	4	СУ 2 6ч	25	16.45-18.15 ДЮСШ		16.45-18.15 ДЮСШ		16.45-18.15 ДЮСШ		
			5	БУ 2 7ч	15	18.30-20.00 ДЮСШ		18.30-20.00 ДЮСШ		18.30-20.00 ДЮСШ		12.45-13.30 корпус 2
			6	ПУ 1 8ч	20		17.00-19.15 ДЮСШ		17.00-19.15 ДЮСШ			11.00-12.30 корпус 2
	Губский Виктор	футбол	7	СУ 1 6ч	20	15.00-16.30 лицей 8		15.00-16.30 лицей 8		15.00-16.30 лицей 8		

	Николаевич		8	СУ 1 6ч	20		15.00-16.30 лицей 8		15.00-16.30 лицей 8		13.00-14.30 корпус 2	
			9	БУ 2 7ч	20		18.00-19.30 корпус 2		18.00-19.30 корпус 2		16.00-18.15 корпус 2	
	Русанов Игорь Владимирович	футбол	10	СОГ 4ч	10	14.00-15.30 корпус 2		14.30-15.30 корпус 2				
			11	БУ 2 7ч	22	15.40-17.10 корпус 2		15.40-17.10 корпус 2		15.40-17.55 корпус 2		
			12	ПУ 2 8ч	10	17.20-18.50 корпус 2		17.20-18.50 корпус 2		18.10-19.40 корпус 2	15.30-17.00 корпус 2	
	Кравченко Олег Львович	легкая атлетика	13	СОГ 4ч	15		14.45-16.15 с/з «Дружба»		14.45-16.15 с/з «Дружба»			
			14	СУ 1 6ч	20	15.45-17.15 лицей 3		15.30-17.00 лицей 3		15.45-17.15 лицей 3		
			15	ПУ 2 8ч	8	14.00-15.30 спорт/пл	16.30-18.00 с/з «Дружба»		16.30-18.00 с/з «Дружба»	14.00-15.30 спорт/пл		
	Селезнева Татьяна Васильевна	лыжные гонки	16	БУ 2 7ч	10			16.00-17.30 корпус 1, парк			14.00-15.30 корпус 2, роллеры	12.45-15.00 ДЮСШ, лес
			17	ПУ 2 8ч	8		16.00-17.30 корпус 2, роллеры		16.00-17.30 корпус 2 лес		15.40-17.10 корпус 2, роллеры	11.00-12.30 ДЮСШ, лес
	Голованова Наталия Николаевна	лыжные гонки	18	СОГ 4 ч	10	16.00-17.30 лес					10.00-11.30 лес	
			19	БУ 2 7ч	15		15.45-17.15 ДЮСШ	16.00-17.30 ДЮСШ				12.45-15.00 ДЮСШ
			20	ПУ 1 8ч	8		17.30-19.00 ДЮСШ		16.00-17.30 ДЮСШ		16.00-17.30 ДЮСШ	11.00-12.30 ДЮСШ
	Чикаева Наталия Анатольевна	легкая атлетика	21	СОГ 4ч	15		14.20-15.50 лицей 8		14.20-15.50 лицей 8			
			22	СУ 1 6ч	15	14.20-15.50 лицей 8		14.20-15.50 лицей 8		14.20-15.50 лицей 8		
			23	БУ 2 7ч	15		16.00-17.30 лицей 8		16.00-17.30 лицей 8		11.00-13.15 с/з Дружба	
			24	ПУ 2 8ч	6	16.00-17.30 лицей 8		16.00-17.30 лицей 8		16.00-17.30 лицей 8	13.20-14.50 с/з Дружба	

	Дегтярёв Андрей Николаевич	спортивная борьба	25	СОГ 4ч	10	11.00-11.35 д/с «Теремок»		11.00-11.35 д/с «Теремок»		11.00-11.35 д/с «Теремок»		
			26	СУ 1 6ч	10	14.30-16.00 корпус 1		14.30-16.00 корпус 1		14.30-16.00 корпус 1		
			27	СУ 1 6ч	10	16.10-17.40 корпус 1		16.10-17.40 корпус 1		16.10-17.40 корпус 1		
			28	БУ 2 7ч	12	17.50-19.20 корпус 1		17.50-19.20 корпус 1	15.00-15.45 корпус 1	17.50-19.20 корпус 1		
	Попов Александр Николаевич	бокс	29	СУ 1 6ч	15	15.30-17.00 ЦДТ	15.30-16.15 ЦДТ		15.30-16.15 ЦДТ	14.45-16.15 ЦДТ		
			30	БУ 2 7ч	18	17.15-18.00 ЦДТ	16.30-18.00 ЦДТ		16.30-18.00 ЦДТ	16.30-18.00 ЦДТ		
			31	ПУ 2 8ч	12	18.15-19.45 ЦДТ	18.15-19.45 ЦДТ		18.15-19.45 ЦДТ	18.15-19.45 ЦДТ		
	Гунбин Александр Васильевич	бокс	32	СУ 1 6ч	18		16.15-18.30 корпус 1		16.15-18.30 корпус 1			
			33	БУ 2 7ч	18	16.15-17.45 корпус 1		16.15-18.30 корпус 1		16.15-17.45 корпус 1		
			34	ПУ 2 8ч	17	18.00-20.15 корпус 1		18.45-20.15 корпус 1		18.00-20.15 корпус 1		
	Дякина Елена Евгеньевна	лыжные гонки	35	СОГ 3ч	10	10.35-11.10 д/с №3		10.35-11.10 д/с №3		10.35-11.10 д/с №3		
			36	СОГ 3ч	10	11.20-11.55 д/сд/ №3		11.20-11.55 д/с №3		11.20-11.55 д/с №3		
	Лёвина Надежда Юрьевна	лыжные гонки	37	СОГ 3ч	10		10.45-11.20 Золотая рыбка	10.45-11.20 Золотая рыбка		14.45-15.20 Золотая рыбка		
			38	СОГ 3ч	10		11.25-12.00 Золотая рыбка	11.25-12.00 Золотая рыбка		15.25-16.00 Золотая рыбка		
14.	Степанова Татьяна Алексеевна	лыжные гонки	39	СОГ 3ч	10	10.35-11.10 д/с Солнышко		10.35-11.10 д/с Солнышко		10.35-11.10 д/с Солнышко		
			40	СОГ 3ч	10	11.15-11.50 д/с Солнышко		11.15-11.50 д/с Солнышко		11.15-11.50 д/с Солнышко		
15.	Лямушкина Юлия Сергеевна	гандбол	41	СОГ 3ч	10	11.00-11.35 д/с «Ивушка»		11.00-11.35 д/с «Ивушка»		10.40-11.15 д/с «Ивушка»		
			42	СОГ 3ч	10		11.15-11.50 д/с «Ивушка»		11.15-11.50 д/с «Ивушка»	11.20-11.55 д/с «Ивушка»		

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МАУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа»
на 2025/26 учебный год

Учебный план Учреждения составлен в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Санитарными правилами СП 2.4.3648-20, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Продолжительность одного занятия на ознакомительном и стартовом уровнях не превышает 2 академических часов, на базовом и продвинутом – 3 академических часов и составляет для;

- СОГ – 126-168 часов (3-4 часа в неделю)
- СУ 1 и 2 годов обучения – 312 часов (6 часов в неделю)
- БУ 1-3 годов обучения – 364 часа (7 часов в неделю)
- ПУ 1-3 годов обучения – 416 часов (8 часов в неделю)

Учебный план составлен на 52 недели (46 недель – в условиях Учреждения и дополнительно 6 недель – в условиях физкультурно-спортивных, спортивно-оздоровительных лагерях или самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки). Для групп спортивно-оздоровительного этапа – 42 недели.

<i>группы отделени е</i>	<i>СОГ</i>	<i>стартовый уровень</i>		<i>базовый уровень</i>			<i>продвинутый уровень</i>			<i>кол-во групп и детей</i>
		<i>СУ 1г.</i>	<i>СУ 2 г.</i>	<i>БУ 1г.</i>	<i>БУ 2г.</i>	<i>БУ 3г.</i>	<i>ПУ 1г.</i>	<i>ПУ 2г.</i>	<i>ПУ 3г.</i>	
<i>волейбол</i>	<i>168 ч. (4 ч.)</i>	-	<i>312 ч. (6 ч.)</i>	<i>364 ч. (7 ч.)</i>	-	-	-	-	-	<i>3гр.- 42 чел.</i>
	<i>1гр – 15 чел.</i>	-	<i>1гр–15 чел.</i>	<i>1гр–12 чел.</i>	-	-	-	-	-	
<i>футбол</i>	<i>168 ч. (4 ч.)</i>	<i>312 ч. (6 ч.)</i>	<i>312 ч. (6 ч.)</i>	-	<i>364 ч. (7 ч.)</i>	-	<i>416 ч (8 ч.)</i>	<i>416 ч (8 ч.)</i>	-	<i>9гр. –162 чел.</i>
	<i>1гр – 10 чел.</i>	<i>2гр–40 чел.</i>	<i>1гр–25 чел.</i>	-	<i>3гр–57 чел.</i>	-	<i>1гр-20 чел.</i>	<i>1гр-10 чел.</i>	-	
<i>лыжные гонки</i>	<i>126, 168 ч. (3 ч., 4 ч)</i>	-	-	-	<i>364 ч. (7 ч.)</i>	-	<i>416 ч (8 ч.)</i>	<i>416 ч (8 ч.)</i>	-	<i>11гр. –111чел.</i>
	<i>7гр – 70 чел.</i>	-	-	-	<i>2гр–25 чел.</i>	-	<i>1гр-8 чел.</i>	<i>1гр-8 чел.</i>	-	
<i>лёгкая атлетик а</i>	<i>168 ч. (4 ч.)</i>	<i>312 ч. (6 ч.)</i>	-	-	<i>364 ч. (7 ч.)</i>	-	-	<i>416 ч. (8 ч.)</i>	-	<i>7гр. – 94 чел.</i>
	<i>2гр – 30 чел.</i>	<i>2гр–35 чел.</i>	-	-	<i>1гр–15 чел.</i>	-	-	<i>2гр–14 чел.</i>	-	
<i>бокс</i>	-	<i>312 ч. (6 ч.)</i>	-	-	<i>364 ч. (7 ч.)</i>	-	-	<i>416 ч. (8 ч.)</i>	-	<i>6гр. – 98 чел.</i>
	-	<i>2гр–33 чел.</i>	-	-	<i>2гр–36 чел.</i>	-	-	<i>2гр–29 чел.</i>	-	
<i>спортивн ая борьба</i>	<i>168 ч. (3 ч.)</i>	<i>312 ч. (6 ч.)</i>	-	-	<i>364 ч. (7 ч.)</i>	-	-	-	-	<i>4гр. – 42 чел.</i>
	<i>1гр – 10 чел.</i>	<i>2гр –20 чел.</i>	-	-	<i>1гр–12чел.</i>	-	-	-	-	
<i>гандбол</i>	<i>126, 168 ч. (3 ч., 4 ч)</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	<i>2гр. – 30 чел.</i>
	<i>3гр – 30 чел.</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	
<i>ИТОГО:</i>	<i>15гр-165чел</i>	<i>8гр-128чел.</i>	<i>2гр-40чел.</i>	<i>1гр-12чел</i>	<i>9гр-145чел.</i>	-	<i>2гр-28 чел.</i>	<i>6гр–61чел.</i>	-	<i>43гр-579 чел</i>

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ

РАЗНОУРОВНЕВЫЕ

	Предметная область	Количество часов по этапам и годам обучения							
		стартовый уровень		базовый уровень			продвинутый уровень		
		год обучения		год обучения			год обучкния		
		1 год	2 год	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год
Разноуровневая общеразвивающая программа «Бокс»									
I.	Теория и методика физической культуры и спорта	16			18			22	
II.	Общая и специальная физическая подготовка	68			72			84	
III.	Избранный вид спорта (бокс)	166			203			228	
	Основы техники и тактики	158			189			212	
	Участие в соревнованиях	2			8			10	
	Медицинское обследование	4			4			4	
	Промежуточная и итоговая аттестация в форме контрольных испытаний	2			2			2	
IV.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	47			56			62	
V.	Другие виды спорта и подвижные игры.	15			15			20	
Кол-во часов в неделю		6			7			8	
Всего часов		312			364			416	
Количество групп		2			2			2	
Разноуровневая общеразвивающая программа «Волейбол»									
I.	Теория и методика физической культуры и спорта		30	36					
II.	Физическая подготовка		126	146					

	Общая физическая подготовка		63	73					
	Специальная физическая подготовка		63	73					
III	Избранный вид спорта (волейбол)		156	182					
	Технико-тактическая подготовка		92	104					
	Психологическая подготовка и воспитательная работа		36	36					
	Промежуточная и итоговая аттестация		4	4					
	Медицинское обследование		4	4					
	Участие в соревнованиях, контрольных играх		20	34					
Кол-во часов в неделю			6	7					
Всего часов			312	364					
Количество групп			1	1					
Разноуровневая общеразвивающая программа «Лёгкая атлетика»									
I.	Теория и методика физической культуры и спорта	30			36			20	
II.	Общая и специальная физическая подготовка	109			120			148	
III.	Избранный вид спорта (лёгкая атлетика)	141			168			198	
	Технико-тактическая подготовка	125			147			172	
	Участие в соревнованиях	10			15			20	
	Медицинское обследование	4			4			4	
	Промежуточная и итоговая аттестация в форме контрольных испытаний	2			2			2	
IV.	Другие виды спорта и подвижные игры.	32			40			50	
Кол-во часов в неделю		6			7			8	
Всего часов		312			364			416	
Количество групп		2			2			2	

Разноуровневая общеразвивающая программа «Лыжные гонки»									
I.	Теория и методика физической культуры и спорта				36		20	20	
II.	Общая и специальная физическая подготовка				120		148	148	
III.	Избранный вид спорта (лыжные гонки)				168		198	198	
	Технико-тактическая подготовка				147		172	172	
	Участие в соревнованиях				15		20	20	
	Медицинское обследование				4		4	4	
	Промежуточная и итоговая аттестация в форме контрольных испытаний				2		2	2	
IV.	Другие виды спорта и подвижные игры.				40		50	50	
Кол-во часов в неделю					7		8	8	
Всего часов					364		416	416	
Количество групп					2		1	1	
Разноуровневая общеразвивающая программа «Спортивная борьба»									
I.	Теория и методика физической культуры и спорта	16			19				
II.	Общая и специальная физическая подготовка	68			78				
III.	Избранный вид спорта (греко-римская борьба)	166			195				
	Основы техники и тактики	158			183				
	Участие в соревнованиях	2			6				
	Медицинское обследование	4			4				
	Промежуточная и итоговая аттестация в форме контрольных испытаний	2			2				
IV.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	47			54				
V.	Другие виды спорта и подвижные игры.	15			18				
Кол-во часов в неделю		6			7				

Всего часов		312			364				
Количество групп		2			1				
Разноуровневая общеразвивающая программа «Футбол»									
I.	Теория и методика физической культуры и спорта	30	30		36		41	41	
II.	Физическая подготовка	126	126		146		156	156	
	Общая физическая подготовка	63	63		73		66	66	
	Специальная физическая подготовка	63	63		73		90	90	
III	Избранный вид спорта (футбол)	156	156		182		219	219	
	Технико-тактическая подготовка	92	92		104		121	121	
	Психологическая подготовка и воспитательная работа	36	36		36		42	42	
	Промежуточная и итоговая аттестация	4	4		4		4	4	
	Медицинское обследование	4	4		4		4	4	
	Участие в соревнованиях, контрольных играх	20	20		34		48	48	
Кол-во часов в неделю		6	6		7		8	8	
Всего часов		312	312		364		416	416	
Количество групп		2	1		3		1	1	

ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЕ

Предметная область	Количество часов
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лёгкая атлетика»	
Теоретическая подготовка	14
ОФП и СФП	110
Технико-тактическая подготовка	30
Участие в соревнования	8 ч
Итоговая аттестация	2 ч
Медицинское обследование	4 ч
Кол-во часов в неделю	4
ИТОГО часов на 42 недели	168
Количество групп	2
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лыжные гонки»	
для детей 6-7 лет	
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая подготовка	58
Специальная физическая подготовка	20
Технико-тактическая подготовка	30
Участие в соревнованиях	4
Итоговая аттестация	2
Медицинское обследование	4
Кол-во часов в неделю	3
ИТОГО часов на 42 недели	126
Количество групп	3
для детей старше 7 лет	
Теоретическая подготовка	14
Общая физическая подготовка	80
Специальная физическая подготовка	30
Технико-тактическая подготовка	30
Участие в соревнованиях	8
Итоговая аттестация	2
Медицинское обследование	4

Кол-во часов в неделю	4
ИТОГО часов на 42 недели	168
Количество групп	1
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»	
Теоретическая подготовка	<i>8</i>
Общая физическая подготовка	<i>60</i>
Техническая подготовка	<i>40</i>
Тактическая подготовка	<i>18</i>
Игровая подготовка	<i>30</i>
Соревнования	<i>10</i>
Промежуточная (итоговая) аттестация	<i>2</i>
Кол-во часов в неделю	4
ИТОГО часов на 42 недели	168
Количество групп	1
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы спортивной борьбы»	
Теоретическая подготовка	<i>8</i>
Общая физическая подготовка	<i>58</i>
Специальная физическая подготовка	<i>30</i>
Технико-тактическая и психологическая подготовка	<i>30</i>
Кол-во часов в неделю	3
ИТОГО часов на 42 недели	126
Количество групп	1
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Играем в гандбол»	
для детей старше 7 лет	
Теоретическая подготовка	<i>2</i>
Общая и специальная физическая подготовка	<i>43</i>
Техническая подготовка	<i>66</i>
Тактическая подготовка	<i>41</i>
Участие в соревнованиях	<i>10</i>
Входное тестирование, промежуточная (итоговая) аттестация	<i>6</i>
Кол-во часов в неделю	4

ИТОГО часов на 42 недели	168
Количество групп	1
для детей старше 6-7 лет	
Теоретическая подготовка	1
Общая и специальная физическая подготовка	60
Техническая подготовка	40
Тактическая подготовка	17
Участие в соревнованиях	2
Входное тестирование, промежуточная (итоговая) аттестация	6
Кол-во часов в неделю	2
ИТОГО часов на 42 недели	126
Количество групп	2
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Играем в волейбол»	
Теоретическая подготовка	2
Общая и специальная физическая подготовка	43
Техническая подготовка	66
Тактическая подготовка	41
Участие в соревнованиях	10
Входное тестирование, промежуточная (итоговая) аттестация	6
Кол-во часов в неделю	4
ИТОГО часов на 42 недели	168
Количество групп	1