



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ НАО «Спортивная  
школа олимпийского резерва «Труд»  
А.Б. Гербов  
« 1 » *Сентября* 2020 года

### Учебный план

## ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» на 2020 – 2021 учебный год

### Пояснительная записка

Организационно-правовая форма – государственное бюджетное учреждение, тип – спортивное учреждение, вид – Спортивная школа олимпийского резерва (Далее – СШОР).

ГБУ НАО СШОР «Труд» реализует программы дополнительного образования, программы спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки по видам спорта, а также программы спортивной подготовки по видам спорта. Основное предназначение ГБУ НАО СШОР «Труд» в реализации программ дополнительного образования - развитие мотивации личности и всестороннего удовлетворения физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей на основе усвоения образовательных программ, сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни, создание оптимальных условий развития личности способной к самоутверждению, самореализации, самооценке и саморазвитию в существующем социуме. Основное предназначение ГБУ НАО СШОР «Труд» в реализации программ спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки развитие мотивации личности и всестороннего удовлетворения физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей на основе усвоения образовательных программ, сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни, создание оптимальных условий развития личности способной к самоутверждению, самореализации, самооценке и саморазвитию в существующем социуме, подготовка спортивного резерва для зачисления в начальный этап спортивной подготовки по видам спорта.

Образовательный процесс организован на основе нормативно-правовой базы:

- Федеральный закон от 4 декабря 2007 года № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам» утвержденный Приказом министерства просвещения Российской Федерации № 196 от 9 ноября 2018 года;
- Устав ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»;
- Локальные акты ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд».

### **Цель ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»:**

Повышение роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, улучшение физической подготовленности, физического и духовного развития детей и молодёжи, подготовка спортивного резерва.

***Задачи ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» - создание условий для:***

- реализации федеральных и территориальных программ направленных на развитие физической культуры и спорта;
- обеспечение равных возможностей для занятий физической культурой и спортом, а также для художественно-эстетических занятий подрастающего поколения вне зависимости от доходов и благосостояния семьи;
- формирование у детей и подростков устойчивого интереса и потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, повышения уровня образованности в области здорового образа жизни, физической культуры и спорта;
- улучшения качества физического воспитания и образования населения;
- агитации и пропаганды здорового образа жизни, вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом «трудных детей»;
- укрепление материально-технической базы для занятий физической культуры и спортом.

В 2020 – 2021 учебном году в ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» реализуются программы спортивной подготовки и дополнительные общеразвивающие программы спортивной направленности по следующим видам спорта: хоккей с шайбой, фигурное катание, танцевальный спорт, чир спорт, настольный теннис, тхэквондо ГТФ.

Программы реализуют различные цели и задачи от общественного оздоровления детей и подростков до получения спортивных результатов. В программном материале предусмотрены разделы: теоретической. Общей и специальной физической подготовки, основы техники и тактики выбранного вида спорта, психологической подготовки юных спортсменов, а также определены: система контрольных нормативов, воспитательные и восстановительные мероприятия.

Образовательный процесс в учреждении ведется на русском языке, культивируются только виды спорта, включенные в государственную программу физического воспитания населения. ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» организует работу с постоянным составом обучающихся в течение учебного года.

***Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:***

- групповые учебно-тренировочные занятия (теоретические и практические) 9-10 месяцев;
- работа по индивидуальным планам подготовки (на период отпуска педагога);
- медико-восстановительные мероприятия;
- контрольные испытания;
- медицинский осмотр;
- участие в организации спортивных праздников и соревнований;
- инструкторская и судейская практика.

Режим занятий обучающихся в ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»:

- содержание тренировочного процесса определяется педагогическим советом ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд», исходя из учебных программ по видам спорта, определяющих объем тренировочной работы, требования к уровню подготовки;

- расписание учебно-тренировочных занятий утверждается директором ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» по представлению педагогами

дополнительного образования с учетом пожеланий родителей, возрастных особенностей, установленных санитарно-гигиенических норм;

- деятельность осуществляется ежедневно, включая выходные дни.

Всего укомплектовано группы: СОЭ – 23.

Количество учебных часов в неделю: СОЭ – 6 академических часов, 1 академический час равен 45 минутам.

*Настольный теннис*

Этапы подготовки	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе, чел.	Максимальный режим уч. трен. работы в нед. ч.	Годовая нагрузка, ч.	Кол-во об-ся, чел.	Кол-во групп	Всего нагрузка уч. Трен. Работы в нед. ч.,%
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Спортивно-оздоровительный	5 лет	12 – 16	6	216	12	1	6
<b>Итого:</b>					<b>12 чел.</b>	<b>1 гр.</b>	<b>6</b>

*Хоккей с шайбой*

Этапы подготовки	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе, чел.	Максимальный режим уч. трен. работы в нед. ч.	Годовая нагрузка, ч.	Кол-во об-ся, чел.	Кол-во групп	Всего нагрузка уч. Трен. Работы в нед. ч.,%
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Спортивно-оздоровительный	5 лет	15 – 20	6	216	60	5	30
<b>Итого:</b>					<b>84 чел.</b>	<b>5 гр.</b>	<b>30</b>

*Чир спорт*

Этапы подготовки	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе, чел.	Максимальный режим уч. трен. работы в нед. ч.	Годовая нагрузка, ч.	Кол-во об-ся, чел.	Кол-во групп	Всего нагрузка уч. Трен. Работы в нед. ч.,%
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Спортивно-оздоровительный	5 лет	12	6	216	50	4	24
<b>Итого:</b>					<b>50 чел.</b>	<b>4 гр.</b>	<b>24</b>

*Фигурное катание*

Этапы подготовки	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе, чел.	Максимальный режим уч. трен. работы в нед. ч.	Годовая нагрузка, ч.	Кол-во об-ся, чел.	Кол-во групп	Всего нагрузка уч. Трен. Работы в нед. ч.,%
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Спортивно-оздоровительный	5 лет	12 – 15	6	216	24	4	24
<b>Итого:</b>					<b>48 чел.</b>	<b>4 гр.</b>	<b>24</b>

*Тхэквондо ГТФ*

Этапы подготовки	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе, чел.	Максимальный режим уч. трен. работы в нед. ч.	Годовая нагрузка, ч.	Кол-во об-ся, чел.	Кол-во групп	Всего нагрузка уч. Трен. Работы в нед. ч.,%
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Спортивно-оздоровительный	5 лет	12 – 16	6	216	105	7	42
<b>Итого:</b>					<b>105 чел.</b>	<b>7 гр.</b>	<b>42</b>



*Танцевальный спорт*

Этапы подготовки	Продолжительность реализации программы	Наполняемость в группе, чел.	Максимальный режим уч. трен. работы в нед. ч.	Годовая нагрузка, ч.	Кол-во об-ся, чел.	Кол-во групп	Всего нагрузка уч. Трен. Работы в нед. ч.,%
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Спортивно-оздоровительный	5 лет.	12 – 15	6	216	24	2	12
<b>Итого:</b>					<b>24 чел.</b>	<b>2 гр.</b>	<b>12</b>

**Дополнительные общеразвивающие программы  
физкультурно-спортивной направленности**

Дополнительная общеразвивающая программа	Возраст обучающихся	Срок реализации программ	Вид образовательной программы
<p><b><u>Чир спорт</u></b> Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Чир спорт», утверждена педагогическим советом ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» Протокол № 5 от 30 августа 2019 года.</p>	9 – 18 лет	5 лет	Дополнительная общеразвивающая
<p><b><u>Хоккей с шайбой</u></b> Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Хоккей с шайбой», утверждена педагогическим советом ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» Протокол № 5 от 30 августа 2019 года.</p>	6 – 18 лет	5 лет	Дополнительная общеразвивающая
<p><b><u>Настольный теннис</u></b> Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Настольный теннис», утверждена педагогическим советом ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» Протокол № 5 от 30 августа 2019 года.</p>	6 – 18 лет	5 лет	Дополнительная общеразвивающая
<p><b><u>Фигурное катание</u></b> Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Фигурное катание», утверждена педагогическим советом ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» Протокол № 5 от 30 августа 2019 года.</p>	4 – 18 лет	5 лет	Дополнительная общеразвивающая
<p><b><u>Тхэквондо ГТФ</u></b> Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Тхэквондо»,</p>	7 – 18 лет	5 лет	Дополнительная общеразвивающая

утверждена педагогическим советом ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» Протокол № 5 от 30 августа 2019 года.			
<b><u>Танцевальный спорт</u></b> Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Танцевальный спорт», утверждена педагогическим советом ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» Протокол № 5 от 30 августа 2019 года.	5 – 18 лет	5 лет	Дополнительная общеразвивающая

### Учебно-материальное оснащение реализуемых программ

№ п/п	Наименование деятельности	Наличие
1	Хоккей	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ледовая арена</li> <li>• Шабатром</li> <li>• Спортивный зал</li> <li>• Спортивный инвентарь и оборудование</li> <li>• Учебные программы</li> <li>• Методическое обеспечение</li> </ul>
2	Танцевальный спорт	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Зал хореографии</li> <li>• Спортивный инвентарь и оборудование</li> <li>• Учебные программы</li> <li>• Методическое обеспечение</li> </ul>
3	Настольный теннис	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Зал настольного тенниса</li> <li>• Спортивный инвентарь и оборудование</li> <li>• Учебные программы</li> <li>• Методическое обеспечение</li> </ul>
4	Чир спорт	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Зал хореографии</li> <li>• Спортивный инвентарь и оборудование</li> <li>• Учебные программы</li> <li>• Методическое обеспечение</li> </ul>
5	Тхэквондо ГТФ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Зал единоборств</li> <li>• Спортивный инвентарь и оборудование</li> <li>• Учебные программы</li> <li>• Методическое обеспечение</li> </ul>
6	Фигурное катание	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ледовая арена</li> <li>• Спортивный инвентарь и оборудование</li> <li>• Учебные программы</li> <li>• Методическое обеспечение</li> </ul>



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»

А.Б. Гербов

«30» августа 2020 года

## ПЛАН РАБОТЫ

### ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» на 2020 – 2021 учебный год

ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» реализует программы дополнительного образования, программы спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки по видам спорта, а также программы спортивной подготовки по видам спорта. Основное предназначение ГБУ НАО СШОР «Труд» в реализации программ дополнительного образования - развитие мотивации личности и всестороннего удовлетворения физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей на основе усвоения образовательных программ, сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни, создание оптимальных условий развития личности способной к самоутверждению, самореализации, самооценке и саморазвитию в существующем социуме. Основное предназначение ГБУ НАО СШОР «Труд» в реализации программ спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки развитие мотивации личности и всестороннего удовлетворения физкультурно-оздоровительных и спортивных потребностей на основе усвоения образовательных программ, сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни, создание оптимальных условий развития личности способной к самоутверждению, самореализации, самооценке и саморазвитию в существующем социуме, подготовка спортивного резерва для зачисления в начальный этап спортивной подготовки по видам спорта. В 2020 – 2021 учебном году ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд» по реализации дополнительных общеразвивающих программ и программ спортивно-оздоровительного этапа спортивной подготовки ставит следующие задачи:

- привлечение возможно большего числа обучающихся общеобразовательных организаций к занятиям в группах по видам спорта;
- повышение качества учебно-тренировочного и воспитательного процесса;
- сохранение постоянного состава обучающихся;
- развитие массовой физической культуры и спорта среди детей и подростков;
- укрепление здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта, развитие их способностей в избранном виде спорта;
- гармоничное развитие личности, профессиональное самоопределение;
- подготовка всесторонне развитых юных спортсменов к труду и защите Отечества;
- подготовка обучающихся к выполнению нормативов для зачисления в начальные группы спортивной подготовки.

№ п/п	Мероприятие	Период	Участники	Ответственный
1.	Запись в группы по видам спорта.	Сентябрь – октябрь	Обучающиеся	Педагоги
2.	Утверждение расписаний занятий.	До 01 октября 2020 года	Педагоги, методист	Шестаков Е.Н.

3.	Педсовет «План работы на 2020 – 2021 учебный год.	До 01 октября 2020 года	Педагоги	Мамай И.М.
4.	Тестирование обучающихся с целью мониторинга физического развития.	Сентябрь – октябрь	Педагоги	Мамай И.М.
5.	Контроль за комплектованием групп отделений учреждения. Контроль за своевременным предоставлением списочного состава обучающихся по группам. Контроль заполнения журналов учета посещаемости. Контроль оплаты по договорам оказания платных образовательных услуг. Прохождение медицинского осмотра.	До 25 числа каждого месяца	Педагоги	Шестаков Е.Н., Мамай И.М.
6.	Участие в целевом профилактическом мероприятии «Внимание – дети!»	сентябрь	Обучающиеся	Мамай И.М.
7.	Проведение учений по эвакуации учащихся в случае ЧС.	ноябрь	Педагоги, обучающиеся	Кузьмин В.В.
8.	Размещение информации по итогам спортивных мероприятий на сайте учреждения.	По требованию	Педагоги, системный администратор	Шестаков Е.Н., Трофимов В.В., Мамай И.М.
9.	Подготовка приказов по личному составу обучающихся на 2020 – 2021 учебный год.	По требованию	Педагоги	Мамай И.М.
10.	Проверка посещаемости занятий.	Ежемесячно	Педагоги	Шестаков Е.Н., Мамай И.М.
11.	Посещение учебно-тренировочных занятий с целью оказания методической помощи.	Еженедельно	Методист	Мамай И.М.
12.	Сбор и анализ протоколов принятия контрольных нормативов на начало учебного года.	До 01 ноября 2020 года	Педагоги	Мамай И.М.
13.	Участие сборных команд ГБУ НАО «СШОР «Труд» в спортивных мероприятиях различного уровня.	В течение всего учебного года	Обучающиеся	Педагоги
14.	Педагогический совет	Ноябрь	Педагоги	Мамай И.М.

	«Выполнение контрольных нормативов по видам спорта на начало учебного года и анализ их результатов.			
15.	Предоставление платных услуг населению.	В течение всего учебного года	Все категории	Шестаков Е.Н. Инструкторы
16.	Оформление отчётной документации за календарный год.	Январь, июнь	Педагоги, методист	Шестаков Е.Н.
17.	Педагогический совет по итогам результатов работы за первое полугодие. Задачи на второе полугодие.	Январь	Педагоги	Шестаков Е.Н., Мамай И.М.
18.	Проверка сохранности контингента учащихся.	Февраль	Педагоги	Мамай И.М.
19.	Проведение промежуточной аттестации. Мониторинг ОФП и СП обучающихся.	Май – июнь	Обучающиеся	Педагоги
20.	Педагогический совет по итогам работы за 2020 – 2021 учебный год. Подготовка отчетов, анализа работы учреждения.	31 мая 2021 года	Педагоги	Шестаков Е.Н., Мамай И.М.
21.	Подведение итогов учебного года по видам спорта.	Май	Обучающиеся	Шестаков Е.Н., Мамай И.М., педагоги
22.	Работа летнего оздоровительного лагеря дневного пребывания.	Июнь	Обучающиеся	Шестаков Е.Н., Мамай И.М., педагоги
23.	Мероприятия в рамках дня защиты детей.	1 июня 2021 года	Обучающиеся	педагоги
24.	Формирование методического материала по видам спорта.	В течение всего учебного года	Педагоги	Мамай И.М.
24.	Проведение методического совета.	Ежемесячно	Педагоги	Мамай И.М.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ГБУ НАО «Спортивная школа  
олимпийского резерва «Труд»



А.Б. Гербов

2020 года

**Формы, периодичность занятий по дополнительным общеразвивающим программам ГБУ НАО «Спортивная школа олимпийского резерва «Труд»**

№ п/п	Название программы	Срок реализации	Количество часов в неделю	Количество занятий в неделю	Количество недель в году	Срок реализации
1	Хоккей	5 лет	6	4	36	216
2	Фигурное катание	5 лет	6	4	36	216
3	Настольный теннис	5 лет	6	3	36	216
4	Чир спорт	5 лет	6	3	36	216
5	Тхэквондо	5 лет	6	3	36	216
6	Танцевальный спорт	5 лет	6	3	36	216