

Утверждено:
Директор МУ ДО «СШ № 2»

Ф.А. Мальцев

Приказ № 10 от 09.09.2024г.

Муниципальное учреждение дополнительного образования
Петрозаводского городского округа
«Спортивная школа № 2»
(МУ ДО «СШ № 2»)

Учебный план

на 2024-2025 учебный год

г. Петрозаводск.
2024г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящий учебный план разработан в соответствии и с учетом основных положений и требований нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 07.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями от 28 декабря 2022 года);
- Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2018-2025гг., утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017г. № 1642;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 года № 3;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ";
- Постановление 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"";
- Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта «шахматы», «спортивное ориентирование», «шашки», «лыжные гонки».

- Нормативно-правовые документы учреждения:
- Устав МУ ДО «СШ № 2»
- Правила внутреннего трудового распорядка;
- Положение о режиме занятий обучающихся;
- Инструкции по технике безопасности.

Учебный план направлен на достижение основных целей МУ ДО «СШ № 2» – создание оптимальных условий для развития детско-юношеского спорта, повышения уровня физической подготовленности и спортивных результатов обучающихся с учетом индивидуальных особенностей, воспитания их морально-этических и нравственно-волевых качеств.

Основным условием для достижения целей МУ ДО «СШ № 2» является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его индивидуальных особенностей, возможностей и способностей, которое обеспечивается решением специфических задач на каждом этапе обучения. При разработке учебного плана соблюдается принцип преемственности между дополнительными общеобразовательными программами, этапами обучения, учитываются материально-технические условия, региональные условия, кадровое обеспечение, календарь региональных и городских соревнований по видам спорта.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа и дополнительные общеобразовательные программы спортивной подготовки представляют собой нормативный документ, рассмотренный и одобренный педагогическим советом и включает в себя следующие структурные элементы:

- пояснительная записка;
- нормативная часть программы (учебный план);
- методическая часть;
- система контроля и зачетных требований (есть во всех программах и для СО тоже?);

- перечень информационного обеспечения.

Дополнительные общеобразовательные программы:

1. дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа направлена на спортивно-оздоровительную деятельность обучающихся от 5 лет и без ограничения возрастного порога при условии наличия разрешительного медицинского документа. Дополнительная общеразвивающая программа с элементами:

- **шахмат** (юноши, девушки) – срок освоения программы 1 год;
- **спортивного ориентирования** (юноши, девушки) – срок освоения программы 1 год;
- **шашек** (юноши, девушки) – срок освоения программы 1 год;
- **лыжных гонок** (юноши, девушки) – срок освоения программы 1 год.

2. дополнительные образовательные программы спортивной подготовки направлены на достижение требований федеральных стандартов спортивной подготовки (достижение уровня спортивной подготовки обучающихся: выполнение разрядных требований и т. д., подготовка спортивного резерва ...) спортивно-оздоровительную деятельность???? Минимальный возраст для обучения указан в дополнительной образовательной программе спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки по виду спорта при условии наличия разрешительного медицинского документа, успешном тестировании по ОФП и СФП, а, начиная с учебно-тренировочного этапа также при выполнении дополнительных требований (наличия положительного заключения по результатам УМО, выполнения разрядных требований, участия в соревнованиях. Дополнительные общеразвивающие программы с элементами:

- **игровых видов спорта** (юноши, девушки) – срок реализации весь период;
- **командных игровых видов спорта** (юноши, девушки) – срок реализации весь период;
- **спортивной гимнастики** (юноши, девушки) – срок реализации весь период;
- **циклических видов спорта** (юноши, девушки) – срок реализации весь период.

Детско-юношеская спортивная школа организует учебно-тренировочные занятия и спортивно-массовые мероприятия в режиме 6-дневной учебной недели, оптимально соответствующей эффективности осуществления учебно-тренировочного процесса.

Учебный год для обучающихся в соответствии с годовым учебным планом длится:

- для обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе в области физической культуры и спорта: по спортивной гимнастике, лыжным гонкам, настольному теннису, волейболу, ОФП, баскетболу для учащихся начальной, основной и средней, школы с 1 сентября по 31 мая (35 недель) в условиях учреждения и 7 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, тренировочных сборов на вечерних спортивных площадках города;

Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые тренировочные занятия, индивидуальные тренировочные занятия, тренировочные сборы, участие в соревнованиях или иных мероприятиях.

Учебно-тренировочные занятия являются основным элементом образовательного процесса, строятся на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей обучающихся. Содержание деятельности в учебно-тренировочной группе определяется тренером-преподавателем с учетом дополнительных общеобразовательных программ и учебных планов.

При выборе средств и методов обучения тренеры-преподаватели отдают предпочтение развивающим методикам, учитывают индивидуальные особенности обучающихся, формируют устойчивые интересы и навыки самостоятельной работы.

Часовая нагрузка распределяется согласно дополнительным общеобразовательным программам с учетом возраста обучающихся, и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся.

Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого. Продолжительность одного учебного занятия не может превышать:

-на спортивно-оздоровительном этапе (дополнительные общеразвивающие программы) – 1,5

астрономических часов;

- на этапе начальной подготовки (дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта) — 2x астрономических часов
- на учебно-тренировочном этапе — 3x астрономических часов
- на этапе совершенствования спортивного мастерства — 4x астрономических часов
- на этапе высшего спортивного мастерства - 4x астрономических часов.

На этапах Ссм и ВСМ при проведении больше одного учебно-тренировочных занятия в день суммарно нагрузка не может превышать 8 часов.

Продолжительность учебных занятий Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп, если соблюдаются следующие условия:

- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный состав объединенной группы более, чем в два раза относительно минимального количества для группы, установленного в федеральных стандартах спортивной подготовки .

Распределение времени в учебном плане на предметные области подготовки по этапам и годам обучения осуществляется с конкретными задачами многолетней спортивной подготовки и обеспечения преемственности дополнительных общеобразовательных программ:

Спортивно-оздоровительный этап (дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности):

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

С увеличением общего годового объема часов изменяется соотношение времени на различные предметные области. Из года в год повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую, интегральную подготовку. Постепенно уменьшается, а затем стабилизируется объем нагрузок, направленных на развитие общефизических качеств.

2. ОБЩИЙ РЕЖИМ РАБОТЫ МУ ДО «СШ № 2»

Организованное начало тренировочного сезона – 1 сентября.

В каникулярный период увеличиваются дополнительные образовательные услуги в соответствии с каникулярным планом за счет проведения соревнований, спортивно-массовых и воспитательных мероприятий.

Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 (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""").

В воскресные дни, кроме (или вместо) основных занятий по расписанию, проводятся контрольные учебно-тренировочные занятия, соревнования, организуются выездные соревнования, воспитательно-образовательные мероприятия.

3. Дополнительные общеобразовательные программы

3.1. ПО МУНИЦИПАЛЬНОМУ ЗАДАНИЮ

| № п\\п | Реализуемые программы физкультурно-спортивной направленности | за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета | за счет бюджетных ассигнований бюджетов субъектов Российской Федерации | за счет бюджетных ассигнований местных бюджетов | за счет физического и (или) юридического лица |
|--------|---|---|--|---|---|
| | | | | | |
| 1 | Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Спортивное ориентирование» | - | - | 166 | - |
| 2 | Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Шахматы» | - | - | 250 | - |
| 3 | Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Шашки» | - | - | 31 | - |
| 4 | Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Лыжные гонки» | - | - | 105 | - |
| Итого | | | | 552 | |

3.2. ПЛАТНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

| | Образовательные программы физкультурно-спортивной направленности в рамках платных образовательных услуг: | | | Кол-во занимающихся | | |
|--------------|---|---|---|---------------------|---|---|
| ¹ | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по шахматам | - | - | 5 | - | - |

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН МУ ДО «СШ № 2» 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

| Наименование объединения | Количество групп | Из них количество групп и год обучения | Средняя наполняемость | Всего обучающихся по плану в минимальном количестве | Всего обучающихся по плану в максимальном количестве (по тарификации) | Продолжительность одного занятия (час) | Кол-во занятий в неделю | Нагрузка в неделю/Учебный год (35 недель) | Сроки реализации программы (года) |
|------------------------------|------------------|--|-----------------------|---|---|--|-------------------------|---|-----------------------------------|
| | | Спортивно-оздоровительная | | | | | | | СО |
| | | СО | | | | | | | СО |
| Шахматы | 3 | 3 | 15-20 | 45 | 52 | 45 минут | 2 | 1,5/52,5 | 1 год |
| | 1 | 1 | 15-20 | 15 | 15 | 1 | 3 | 3/105 | 1 год |
| Шашки | 1 | 1 | 15-30 | 15 | 15 | 1 | 3 | 3/105 | 1 год |
| Лыжные гонки | 4 | 4 | 15-30 | 15 | 60 | 1,5 | 3 | 4,5/157,5 | 1 год |
| Лыжные гонки | 1 | 1 | 15-30 | 15 | 19 | 1,5 | 2 | 3/105 | 1 год |
| Спортивное ориентирование | 1 | 1 | 15-30 | 15 | 15 | 1,5 | 3 | 4,5/157,5 | 1 год |
| Спортивное ориентирование | 1 | 1 | 15-30 | 15 | 15 | 1,5 | 2 | 3/105 | 1 год |
| Всего | | | | | | | | | |
| Вакансия | | | | | | | | 0 | |
| Итого часов в МУ ДО «СШ № 2» | | | | | | | | 48 | 19880 |
| | | | | | | | | 1840 | человеко часов |

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА ПО МУНИЦИПАЛЬНОМУ ЗАДАНИЮ

5.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности

5.1.1. Учебный план-график на 2024– 2025 учебный год

| № | Наименование рабочих программ | Этап подготовки | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год | Возраст занимающихся для зачисления | Напол-няемость групп | Форма аттестации |
|---|-------------------------------|---------------------------|-----------------------|--------------------|-------------------------------------|----------------------|-----------------------|
| 1 | «Спортивное ориентирование» | Спортивно-оздоровительный | 3 часа 4,5 часа | 108 162 | 7-17 (включительно) | 15-25 | Контрольные нормативы |
| 2 | «Шахматы» | Спортивно-оздоровительный | 1,5 часа 3 часа | 54 108 | 5-17 (включительно) | 15-25 | Контрольные нормативы |
| 3 | «Шашки» | Спортивно-оздоровительный | 3 часа | 108 | 5-17 (включительно) | 15-25 | Контрольные нормативы |
| 4 | «Лыжные гонки» | Спортивно-оздоровительный | 3 часа 4,5 часа | 108 162 | 6-17 (включительно) | 15-20 | Контрольные нормативы |

5.1.2. Учебно-тематический план на 36 недель учебно-тренировочных занятий для спортивно-оздоровительных групп (3; 4,5 часов в неделю) по виду спорта спортивное ориентирование

| № | Содержание разделов, тем | Количество часов в неделю | |
|----|---|---------------------------|----------------------|
| | | 3 час | 4,5 час |
| 1. | Вводное занятие. История возникновения и развития спортивного ориентирования. Охрана природы. | 1 | 1 |
| 2. | Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Одежда и снаряжение ориентировщиков. | 1 | 2 |
| 3. | Строение и функции организма человека, питание, режим, гигиена, врачебный контроль и самоконтроль спортсмена. | 1 | 1 |
| 4. | Топография, условные знаки. Спортивная карта. | 4 | 4 |
| 5. | Краткая характеристика техники спортивного ориентирования. | 2 | 3 |
| 6. | Первоначальное представление о тактике прохождения дистанции. | 1 | 1 |
| 7. | Основные положения правил соревнований по спортивному ориентированию. | 1 | 2 |
| 8. | Основы туристской подготовки. | 2 | 1 |
| | | Итого часов | 13 15 |
| 1. | Общая физическая подготовка. | 45 | 80 |
| 2. | Специальная физическая подготовка. | 22 | 30 |
| 3. | Технико-тактическая подготовка. | 27 | 34 |
| 4. | Контрольные упражнения и соревнования. | 1 | 3 |
| | | Итого часов | 95 147 |

| | | | | |
|--|--|--------------------|------------|------------|
| | | Всего часов | 108 | 162 |
|--|--|--------------------|------------|------------|

5.1.3. Учебно-тематический план на 36 недель учебно-тренировочных занятий для спортивно-оздоровительных групп (1,5; 3; 4,5 часов в неделю) по виду спорта «лыжные гонки»

| № | Содержание разделов, тем | Количество часов в неделю | | |
|---------------------------------|--|---------------------------|------------|------------|
| | | 1,5 часа | 3 часа | 4,5 часа |
| Теоретическая подготовка | | | | |
| 1. | Вводное занятие. Краткие исторические сведения о возникновении лыж и лыжного спорта. Лыжный спорт в России | 1 | 1 | 1 |
| 1. | Правила поведения и техники безопасности на занятиях. Лыжный инвентарь, мази, одежда и обувь. | 1 | 2 | 2 |
| 2. | Гигиена, закаливание, режим дня, врачебный контроль и самоконтроль спортсмена | 1 | 3 | 4 |
| 3. | Краткая характеристика и техники лыжных ходов. | 1 | 3 | 4 |
| | Итого | 4 | 9 | 11 |
| Практические занятия | | | | |
| 1. | Общая физическая подготовка | 22 | 45 | 78 |
| 2. | Специальная физическая подготовка | 11 | 23 | 34 |
| 3. | Технико-тактическая подготовка | 16 | 29 | 37 |
| 4. | Контрольные упражнения | 1 | 2 | 2 |
| | Итого | 50 | 99 | 151 |
| | Всего | 54 | 108 | 162 |

5.1.4. Учебно-тематический план на 36 недель учебно-тренировочных занятий для спортивно-оздоровительных групп (1,5; 3; часа в неделю) по виду спорта «шашки»

| № | Содержание разделов, тем | Количество часов в неделю | |
|---------------------------------|---|---------------------------|-----------|
| | | 1,5 часа | 3 часа |
| Теоретическая подготовка | | | |
| 1 | Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности. Исторический обзор развития шашек. | 1 | 1 |
| 2 | Правила игры. Нотация. Шашечная азбука: доска, шашки, ходы, бой, дамка. | 1 | 1 |
| 3 | Основы шашечной теории: сущность и цель игры в шашки, основные стадии партии: начало, середина, окончание. | 2 | 6 |
| 4 | Значение начала (дебют). Идеи дебютов. | 1 | 2 |
| 5 | Игра в середине партии. Сила центральных шашек перед бортовыми. Фланги. Ударные колонны. «Золотые шашки» | 1 | 5 |
| 6 | Нормальные окончания. Понятия: размен, запирание, столбняк, петля, застава, вилка, оппозиция. Дамочные окончания (1x1,2x1,3x1). | 2 | 4 |
| 7 | Композиция – область шашечного творчества. Основные виды (жанры) композиции: проблемы, этюды, задачи, комбинации. | 1 | 1 |
| 8 | Спортивный режим и гигиена: гимнастика, сон, питание, купание, двигательная активность | 1 | 1 |
| | Итого | 10 | 21 |
| 1 | Техника борьбы в позиционной игре и окончаниях, подготовка дебютов. | 3 | 5 |
| 2 | Конкурсы решений, задач, этюдов | 3 | 5 |
| 3 | Сеансы одновременной игры | 4 | 7 |
| 4 | Анализ партий и типовых позиций | 3 | 12 |
| 5 | Тренировочные партии, матчи | 5 | 10 |
| 6 | Индивидуальные занятия | 3 | 4 |

| | | | |
|----|---------------------------|-----------|------------|
| 7 | Квалификационные турниры | 15 | 30 |
| 8 | Контрольные испытания | 1 | 2 |
| 9 | Медицинское обеспечение | 1 | 2 |
| 10 | Общефизическая подготовка | 5 | 8 |
| 11 | Судейская практика | 1 | 2 |
| | Итого | 44 | 87 |
| | Всего | 54 | 108 |

5.1.5. Учебно-тематический план на 36 недель учебно-тренировочных занятий для спортивно-оздоровительных групп (1,5; 3; часа в неделю) по виду спорта «шахматы»

| № | Содержание разделов, тем | Количество часов в неделю | |
|---------------------------------|---|---------------------------|------------|
| | | 1,5 часа | 3 часа |
| Теоретическая подготовка | | | |
| 1 | Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности. История шахмат. | 1 | 1 |
| 2 | Правила шахмат. Нотация, знакомство с доской. | 1 | 1 |
| 3 | Название и ходы фигур | 1 | 2 |
| 4 | Шах, мат, рокировка | 1 | 2 |
| 5 | Виды ничьей | 1 | 2 |
| 6 | Ценность фигур | 1 | 2 |
| 7 | Нападение и защита мат в 1 ход, виды матов | 1 | 3 |
| 8 | Мат тяжелыми фигурами. Как начинать партию. | 1 | 3 |
| 9 | Мат ферзем. Взятие на проходе. | 1 | 1 |
| 10 | Двойной удар. Что делать после дебюта | 1 | 1 |
| 11 | Связка. Использование большого материально перевеса | 1 | 2 |
| 12 | Мат ладьей. Мат в 2 хода | 1 | 2 |
| 13 | Открытое нападение. Открытый шах | - | - |
| | Итого | 12 | 22 |
| Практические занятия | | | |
| 1 | Мини-игры | 6 | 9 |
| 2 | Турниры | 17 | 40 |
| 3 | Тренировочные партии | 6 | 21 |
| 4 | Анализ сыгранной партии | 5 | 8 |
| 5 | Конкурс решения задач | 5 | 6 |
| 6 | Консультативные партии | - | - |
| 7 | Сеансы одновременной игры | 3 | 2 |
| | Итого | 42 | 86 |
| | Всего | 54 | 108 |

5.2 Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки

5.2.1 Учебный план-график на 2024– 2025 год

| № | Наименование рабочих программ | Этап подготовки | Кол-во часов в неделю | Кол-во часов в год | Возраст занимающихся для зачисления | Наполняемость групп | Форма аттестации |
|---|-------------------------------|-----------------|-----------------------|--------------------|-------------------------------------|---------------------|-----------------------|
| 1 | «Спортивное ориентирование» | НП-1 | 4,5 часа | 234 | 8 | 12-24 | Контрольные нормативы |
| | | | 6 часов | 312 | | | |
| | | НП-2 | 6 часов | 312 | 8 | 12-24 | Контрольные нормативы |
| | | НП-3 | 8 часов | 416 | | | |
| | | ТГ-1 | 10 часов | 520 | 10 | 6-12 | Контрольные |

| | | | | | | | |
|---|----------------|----------------------|----------|------------|------|-----------------------|-----------------------|
| | ТГ-2 ТГ-3 | 14 часов | 728 | | | нормативы | |
| | ТГ-4 ТГ-5 | 14 часов | 728 | 10 | 6-12 | Контрольные нормативы | |
| | ССМ | 18 часов | 936 | 14 | 2-4 | Контрольные нормативы | |
| | ВСМ | 24 часов | 1248 | 17 | 1-2 | Контрольные нормативы | |
| 2 | «Шахматы» | НП-1 | 4,5 часа | 234 312 | 6 | 10-20 | Контрольные нормативы |
| | | НП-2 | 6 часов | 312 | 8 | 10-20 | Контрольные нормативы |
| | | ТГ-1 ТГ-2 ТГ-3 | 12 часов | 624 | 10 | 6-12 | Контрольные нормативы |
| | | ТГ-4 | 14 часов | 728 | 10 | 6-12 | Контрольные нормативы |
| 3 | «Шашки» | НП-1 | 4,5 часа | 234 | 6 | 10-20 | Контрольные нормативы |
| | | НП-2 | 6 часов | 312 | 8 | 10-20 | Контрольные нормативы |
| | | ТГ-1 ТГ-2 ТГ-3 | 9 часов | 468 | 10 | 6-12 | Контрольные нормативы |
| | | ТГ-4 | 10 часов | 520 | 8 | 10-20 | Контрольные нормативы |
| | | ССМ | 18 часов | 936 | 10 | 6-12 | Контрольные нормативы |
| 4 | «Лыжные гонки» | НП-1 | 4,5 часа | 234 | 9 | 12 | Контрольные нормативы |
| | | НП-2 | 6 часов | 312 | 9 | 12 | Контрольные нормативы |
| | | НП-3 | 6 часов | 312 | 9 | 12 | Контрольные нормативы |
| | | ТГ-1 ТГ-2 | 10 часов | 520 | 12 | 10-20 | Контрольные нормативы |
| | | ТГ-3 ТГ-4 ТГ-5 | 16 часов | 832 | 12 | 10-20 | Контрольные нормативы |
| | | ССМ | 20 часов | 1040 | 15 | 4-8 | Контрольные нормативы |

5.2.2 Учебно-тренировочный план на 52 недели, с учетом соотношения видов спортивной подготовки в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки в МУДО " СП № 2 " по виду спорта «Спортивное ориентирование».

| №п\п | Виды подготовки | НП-1 | НП-2,3 | ТЭ-1,2,3 | ТЭ-4,5 | ССМ | ВСМ | Формы аттестации/контроля |
|------|-----------------------------|------|--------|----------|--------|-----|-----|---------------------------|
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| 1 | Общая физическая подготовка | 112 | 150 | 208 | 197 | 328 | 312 | Выполнение контрольных |

| | | | | | | | | нормативов |
|---|--|----|----|-----|-----|-----|-----|---|
| 2 | Специальная физическая подготовка | 16 | 22 | 83 | 211 | 56 | 450 | Выполнение контрольных нормативов |
| 3 | Участие в спортивных соревнованиях | - | 3 | 10 | 29 | 56 | 87 | Выполнение обязательного количества участия, разряд |
| 4 | Техническая подготовка | 42 | 41 | 52 | 51 | 150 | 125 | Выполнение обязательной технической программы |
| 5 | Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка | 60 | 87 | 146 | 204 | 9 | 200 | Опрос, тестирование |

5.2.3 Учебно-тренировочный план на 52 недели, с учетом соотношения видов спортивной подготовки в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки в МУДО " СШ № 2 " по виду «Шахматы»

| №п\п | Виды подготовки | НП-1 | НП-2 | ТЭ-1,2,3 | ТЭ-4 | Формы аттестации/контроля |
|------|---|------|------|----------|------|---|
| | | | | | | 4,5 |
| | | | | | | 6 |
| 1 | Общая физическая подготовка | 33 | 25 | 32 | 30 | Выполнение контрольных нормативов |
| 2 | Специальная физическая подготовка | - | - | 32 | 30 | Выполнение контрольных нормативов |
| 3 | Участие в спортивных соревнованиях | - | 12 | 30 | 80 | Выполнение обязательного количества участия |
| 4 | Техническая подготовка | 85 | 110 | 196 | 233 | Выполнение обязательной технической программы |
| 5 | Тактическая подготовка | 50 | 68 | 128 | 138 | Опрос, тестирование |
| 6 | Теоретическая подготовка | 50 | 68 | 128 | 138 | Опрос, тестирование |
| 7 | Психологическая подготовка | 10 | 14 | 30 | 30 | Опрос, тестирование |
| 8 | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) | 2 | 4 | 8 | 9 | Выполнение контрольных нормативов |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|----|----|-------------------------------------|
| 9 | Инструкторская практика | - | 3 | 12 | 12 | |
| 10 | Судейская практика | - | 3 | 12 | 12 | |
| 11 | Медицинские, медико-биологические мероприятия | 2 | 2 | 8 | 8 | Прохождение ежегодного мед. осмотра |
| 12 | Восстановительные мероприятия | 2 | 3 | 8 | 8 | |

5.2.4 Учебно-тренировочный план на 52 недели, с учетом соотношения видов спортивной подготовки в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки в МУ ДО " СШ № 2 " по виду «Шашки»

| № п/п | Виды подготовки и иные мероприятия | НП-2 | Формы аттестации/контроля | | |
|----------|---|------|---------------------------|---|--|
| | | | 6 | 9 | |
| | | | часов | часов | |
| 1. | Общая физическая подготовка | 12 | 14 | Выполнение контрольных нормативов | |
| 2. | Специальная физическая подготовка | 9 | 14 | Выполнение контрольных нормативов | |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях | 6 | 14 | Выполнение обязательного количества участия | |
| 4. | Техническая подготовка | 103 | 164 | Выполнение обязательной технической программы | |
| 5. | Тактическая подготовка | 140 | 164 | Опрос, тестирование | |
| 6. | Теоретическая подготовка | | | | |
| 7. | Психологическая подготовка | | | | |
| 8. | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) | 3 | 9 | Выполнение контрольных нормативов | |
| 9. | Медицинские, медико-биологические мероприятия | | | Прохождение ежегодного мед. осмотра | |
| 10. | Восстановительные мероприятия | | | | |
| 11. | Инструкторская практика | 3 | 9 | | |
| 12. | Судейская практика | | | | |

5.2.5 Учебно-тренировочный план на 52 недели, с учетом соотношения видов спортивной подготовки в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки в МУ ДО " СШ № 2 " по виду «Лыжные гонки»

| № | Виды подготовки | НП-1 | ТЭ-4 | Формы аттестации/контроля |
|---|-----------------|------|------|---------------------------|
|---|-----------------|------|------|---------------------------|

| | | | | |
|-----|---|-------|-------|---|
| п\п | | 4,5 | 16 | |
| | | часов | часов | |
| 1 | Общая физическая подготовка | 140 | 270 | Выполнение контрольных нормативов |
| 2 | Специальная физическая подготовка | 50 | 285 | Выполнение контрольных нормативов |
| 3 | Участие в спортивных соревнованиях | 4 | 40 | Выполнение обязательного количества участия, разряд |
| 4 | Техническая подготовка | 30 | 60 | Выполнение обязательной технической программы |
| 5 | Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка | 4 | 161 | Опрос, тестирование |
| 6. | Инструкторская и судейская практика | | 8 | |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль | 6 | 8 | |

5.3 Календарный план воспитательной работы

5.3.1 Спортивное ориентирование

| п/п | Направление работы | Мероприятия | Сроки проведения |
|------|---|--|------------------|
| 1. | Профориентационная деятельность | | |
| 1.1. | Судейская практика | <p>Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей | В течение года |
| 1.2. | Инструкторская практика | <p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе | В течение года |
| 2. | Здоровьесбережение | | |
| 2.1. | Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни | <p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта | В течение года |
| 2.2. | Режим питания и отдыха | <p>Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий, после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления | В течение года |

| | | | |
|------|---|--|----------------|
| | | иммунитета | |
| 3. | Патриотическое воспитание обучающихся | | |
| 3.1. | Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях) | Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки | В течение года |
| 3.2. | Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях) | | |
| | | Участие в физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией. | В течение года |

5.3.2 Шахматы

| № п/п | Направление работы | Мероприятия | Сроки проведения |
|-------|--|--|------------------|
| 1. | Профориентационная деятельность | | |
| 1.1. | Судейская практика | Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: <ul style="list-style-type: none"> - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и | В течение года |

| | | | |
|------|--|--|----------------|
| | | (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; | |
| 1.2. | Инструкторская практика | Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе; | В течение года |
| 2. | Здоровьесбережение | | |
| 2.1. | Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни | Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта; | В течение года |
| 2.2. | Режим питания и отдыха | Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета); | В течение года |
| 3. | Патриотическое воспитание обучающихся | | |
| 3.1. | Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение гос. символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на | Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки | В течение года |

| | | | |
|------|---|--|----------------|
| | примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях) | | |
| 3.2. | Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях) | Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки; | В течение года |
| 3.3 | Воспитание патриотизма, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн) | Использование российского флага и гимна при проведении церемоний награждения участников соревнований. Обязательное ношение формы сборной России членам списочного состава сборной России. | В течение года |
| 3.4 | Готовность к служению Отечеству, его защите | Сдача норм ГТО | В течение года |
| 4. | Развитие творческого мышления | | |
| 4.1. | Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов) | Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов; | В течение года |

5.3.3. Шашки

| № п/п | Направление работы | Мероприятия | Сроки проведения |
|----------|--|---|---------------------|
| 1. | Профориентационная деятельность | | |
| 1.1. | Судейская практика | Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и | В течение года |

| | | | |
|------|--|--|----------------|
| | | <p>проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований;</p> <ul style="list-style-type: none"> - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; | |
| 1.2. | Инструкторская практика | <p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе; | В течение года |
| 2. | Здоровьесбережение | | |
| 2.1. | Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни | <p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта; | В течение года |
| 2.2. | Режим питания и отдыха | <p>Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета); | В течение года |
| 3. | Патриотическое воспитание обучающихся | | |
| 3.1. | Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов | <p>Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную</p> | В течение года |

| | | | |
|------|--|--|----------------|
| | (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях) | образовательную программу спортивной подготовки | |
| 3.2. | Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях) | Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки; | В течение года |
| 4. | Развитие творческого мышления | | |
| 4.1. | Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов) | Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов; | В течение года |

5.3.4 Лыжные гонки

| № п/п | Направление работы | Мероприятия | Сроки проведения |
|----------|--|--|---------------------|
| 1. | Профориентационная деятельность | | |
| 1.1. | Судейская практика | Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного | В течение года |

| | | | |
|------|---|--|--|
| | | отношения к решениям спортивных судей. | |
| 1.2. | Инструкторская практика | <p>Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе. | В течение года |
| 2. | Здоровьесбережение | | |
| 2.1. | Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни | <p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта; | В течение года |
| 2.2. | Медико-биологическое исследование | Обязательное прохождение диспансеризации спортсменами | В течение года, по графику диспансеризации |
| 2.3. | Режим питания и отдыха | <p>Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета). | В течение года |
| 3. | Патриотическое воспитание обучающихся | | |
| 3.1. | Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его | Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки | В течение года |

| | | | |
|------|---|---|----------------|
| | защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях) | | |
| 3.2. | Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях) | Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки. | В течение года |
| 4. | Развитие творческого мышления | | |
| 4.1. | Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов) | Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов. | В течение года |

5.4 План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбы с ним.

5.4.1 Спортивное ориентирование

| Этап спортивной подготовки | Содержание мероприятия и его форма | | Сроки проведения | Рекомендации по проведению мероприятий |
|----------------------------|---|---------------------------------|------------------|---|
| Начальной подготовки | Веселые старты | «Честная игра» | 1-2 раза в год | Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео |
| | Теоретическое занятие | «Ценности спорта. Честная игра» | 1 раз в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе |
| | 3. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список») | | 1 раз в месяц | Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки |

| | | | | |
|--|------------------------------------|--|----------------|--|
| | | | | дома). |
| | Антидопинговая викторина | «Играй честно» | По назначению | Проведение викторины на крупных спортивных мероприятиях в регионе. |
| | Онлайн обучение на сайте РУСАДА | | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |
| | Родительское собрание | «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры» | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов |
| | Семинар для тренеров | «Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры» | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Веселые старты | «Честная игра» | 1-2 раза в год | Предоставление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео. |
| | Онлайн обучение на сайте РУСАДА | | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |
| | Антидопинговая викторина | «Играй честно» | По назначению | Проведение викторины на спортивных мероприятиях |
| | Семинар для спортсменов и тренеров | «Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств» | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации |
| | 5. Родительское собрание | «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры» | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов |
| Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного | Онлайн обучение на сайте РУСАДА | | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования |
| | Семинар | «Виды нарушений антидопинговых правил» «Процедура допинг- | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации |

| | | | | |
|--------------|--|--|--|--|
| о мастерства | | контроля» «Подача запроса на ТИ» «Система АДАМС» | | |
|--------------|--|--|--|--|

5.4.2 Шахматы

| Этап спортивной подготовки | Содержание мероприятия и его форма | Сроки проведения | Рекомендации по проведению мероприятий |
|---|---|------------------|--|
| Этап начальной подготовки | Теоретическое занятие «Определение допинга и виды нарушений антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Физкультурно-спортивное мероприятие «Честная игра» | 1-2 раза в год | Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео |
| | Онлайн обучение на сайте РУСАДА' | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |
| | Участие в региональных антидопинговых мероприятиях | по назначению | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Теоретическое занятие «Виды нарушений антидопинговых правил» | 1-2 раза в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Практическое занятие «Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Физкультурно-спортивное мероприятие «Честная игра» | 1-2 раза в год | Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео |
| | Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |
| | Участие в региональных антидопинговых мероприятиях | по назначению | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе |

| | | | |
|------------------------------------|---|----------------|---|
| Этап совершенствования спортивного | Теоретическое занятие «Виды нарушений антидопинговых правил» | 1-2 раза в год | Обучающимся даются максимальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов» | 1 раз в год | Обучающимся даются максимальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются максимальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Допинг-контроль» | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Система АДАМС» | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования |
| | Участие в региональных антидопинговых мероприятиях | по назначению | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе |

5.4.3. Шашки

| Этап спортивной подготовки | Содержание мероприятия и его форма | Сроки проведения | Рекомендации по проведению мероприятий |
|----------------------------|---|------------------|--|
| Этап начальной подготовки | 1. Теоретическое занятие | 1 раз в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе |
| | 2. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список») | 1 раз в месяц | Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки дома). |
| | 3. Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |
| | 4. Родительское собрание «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры» | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов |
| | 5. Семинар для тренеров «Виды нарушений антидопинговых правил», | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации |

| | | | |
|---|--|----------------|--|
| | «Роль тренера и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры» | | |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |
| | 2. Семинар для спортсменов и тренеров «Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств» | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации |
| | 3. Родительское собрание «Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры» | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов |
| Этапы совершенствования спортивного мастерства | 1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования |
| | 2. Семинар «Виды нарушений антидопинговых правил» «Процедура допинг-контроля» «Подача запроса на ТИ» «Система АДАМС» | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации |

5.4.4 Лыжные гонки

| Этап спортивной подготовки | Содержание мероприятия и его форма | Сроки проведения | Рекомендации по проведению мероприятий |
|----------------------------|---|------------------|---|
| Этап начальной подготовки | Теоретическое занятие «Определение допинга и виды нарушений антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются начальные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Физкультурно-спортивное мероприятие «Честная игра» | 1-2 раза в год | Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео |
| | Онлайн обучение на сайте РУСАДА ' | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |

| | | | |
|---|---|----------------|--|
| | Участие в региональных антидопинговых мероприятиях | по назначению | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе |
| Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Теоретическое занятие «Виды нарушений антидопинговых правил» | 1-2 раза в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение антидопинговых правил» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Практическое занятие «Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)» | 1 раз в год | Обучающимся даются углубленные знания по тематике; Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в Организации |
| | Физкультурно-спортивное мероприятие «Честная игра» | 1-2 раза в год | Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео |
| | Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса - это неотъемлемая часть системы антидопингового образования. |
| | Участие в региональных антидопинговых мероприятиях | по назначению | Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе |

УЧЕБНО - ТРЕНИРОВОЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ
по подготовке к соревнованиям
в соответствии с федеральными стандартами по видам спорта
(при наличии финансирования)

| № п/п | Мероприятия | Продолжительность (кол-во дней) | Сроки проведения | Количество участников | Место проведения |
|----------|--|------------------------------------|---------------------|------------------------------------|---------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Тренировочные сборы в условиях летнегодетского оздоровительного лагеря | От 14 до 21 дня | Июнь-август | 3-5% от общего состава обучающихся | Таштагольский район |
| 2 | Программа вечерних спортивных площадок | | | Июль-август | |

Для обеспечения спортивной подготовки в каникулярный период, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку

по дополнительной общеразвивающей программе , организуются тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса .

КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Перечень и сроки проведения контрольных мероприятий

| Контрольное мероприятие | ГОД ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ | |
|--|---------------------------|------------------|
| | 1 | 2 |
| Контрольные испытания по физической подготовке | 4 | от 4 до 12 часов |
| Итоговая аттестация | | май |

Сроки проведения контрольных мероприятий, включая сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации по образовательным программам могут быть изменены и скорректированы в отношении обучающихся, осваивающих образовательную программу в сокращенные сроки, в соответствии с решением руководства МБУ ДО ДЮСШ

8. РАСШИФРОВКА

Распределение учебной нагрузки среди тренеров – преподавателей муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» г. Таштагола на 2024 -2025 учебный год. МУНИЦИПАЛЬНОЕ ЗАДАНИЕ

| Ф.И.О. тренера - преподавателя | Вид спорта | Количество групп СО | Количество учащихся по плану в минимальном количестве | Количество учащихся в максимальном кол-ве | Количество часов в неделю |
|--|--------------------------|---------------------|---|---|---------------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1. Косачёва Е.В. | л\гонки | 8 | 120 | 135 | 30 |
| 2 Смургин А.А. | волейбол | 3 | 45 | 60 | 18 |
| 3.Шауро О.А. | Баскетбол, волейбол, офф | 6 | 90 | 110 | 36 |
| 4.Смолярчук О.С. | Волейбол, офф | 3 | 45 | 45 | 18 |
| 5. Пятов К.Н. | ОФП | 3 | 45 | 45 | 18 |
| 6. Калинович С.М. | Спорт\гимнастика | 7 | 105 | 115 | 36 |
| 7.Байлагашев И.И | л\гонки | 5 | 75 | 100 | 30 |
| 8.Попеляева Н.В. | л\гонки, офф | 6 | 90 | 120 | 36 |
| 9.Казека Р.А. | баскетбол | 6 | 90 | 90 | 36 |
| 10. Гриднева О.В. | л\гонкиОФП | 8 | 150 | 155 | 24 |
| 11. Туров О.Г. Чеботаева Н.А. | волейбол,н\теннис | 3 | 30 | 30 | 12 |
| 12. Новикова Т.В. | л\гонки | 3 | 45 | 45 | 18 |
| 13. Бедарева Ж.В. | Волейбол | 1 | 15 | 20 | 6 |
| 3. Бредихина А.В. | Волейбол, баскетбол | 3 | 45 | 45 | 18 |
| Итого кол-во групп детей и учебных часов | | 64 | 990 | 1115 | 336 |
| Вакансия | | | | | 3 |
| Всего учебных часов: | | 336 | | | 339 |

Определение учебной (тренировочной) нагрузки тренеров-преподавателей, а также ее изменение осуществляются с учетом особенностей реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060078

Владелец Мальцев Феликс Александрович

Действителен С 24.12.2024 по 24.12.2025