



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ХОЛМОВСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»**  
**ХОЛМ-ЖИРКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**  
**СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ**

*Утверждена педагогическим советом*  
*Протокол № 1 от « 29 » августа 2025г.*  
*(Приказ № 38 от 02.09.2025 г.)*

## СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

|         |                                                                                                        |    |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1.      | ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ. ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....                                                         | 3  |
| 2.      | СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....                                                   | 10 |
| 3.      | ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....                                                  | 15 |
| 3.1.    | УЧЕБНЫЙ ПЛАН:                                                                                          |    |
| 3.1.1.  | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «БАСКЕТБОЛ».....       | 16 |
| 3.1.2.  | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «БОКС».....            | 16 |
| 3.1.3.  | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «ВОЛЕЙБОЛ».....        | 17 |
| 3.1.4.  | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «МИНИ-ФУТБОЛ».....     | 17 |
| 3.1.5.  | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «ФИТНЕС-АЭРОБИКА»..... | 18 |
| 3.1.6.  | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «БАСКЕТБОЛ».....                        | 19 |
| 3.1.7.  | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «ВОЛЕЙБОЛ».....                         | 20 |
| 3.1.8.  | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «БОКС».....                             | 21 |
| 3.1.9.  | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «ФУТБОЛ».....                           | 22 |
| 3.1.10. | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «ФИТНЕС-АЭРОБИКА».....                  | 23 |
| 3.2.    | КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК .....                                                                       | 24 |
| 3.3.    | ХАРАКТЕРИСТИКА ФОРМ ОБУЧЕНИЯ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ.....                         | 25 |
| 3.4.    | СИСТЕМА УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ .....                                             | 25 |
| 3.5.    | МЕХАНИЗМ УПРАВЛЕНИЯ РЕАЛИЗАЦИЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....                                         | 25 |
| 3.6.    | МОНИТОРИНГ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.....                                   | 26 |

## **1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

В настоящее время системы образования и физической культуры и спорта работают в новых организационных и нормативно-правовых условиях, определенных приоритетными направлениями развития систем ФКиС и образования РФ.

Федеральные программы определяют для нас основные стратегические ориентиры. В частности, в них определено, что достижение нового качества обучения и воспитания должно быть сопряжено с максимальным обеспечением условий для развития духовности обучающихся, приобщением их к ценностям отечественной и мировой культуры, профессиональным и жизненным самоопределением, гражданским и нравственным самоосуществлением.

В концепции модернизации российской системы образования определены важность и значение системы дополнительного образования детей, способствующей развитию у детей мотивации к познанию и творчеству, укрепление здоровья, профессиональное самоопределение и организация творческого труда, социализации воспитанников, укреплению семейных отношений, формированию общей культуры и организации содержательного досуга.

Одна из главных проектных задач образования - формирование подрастающего поколения, которому предстоит жить в XXI веке, через развитие индивидуальных способностей каждого и становление гражданских качеств личности, на базе интеграции социокультурного пространства.

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительное образование детей - один из социальных институтов детства, который создан и существует для детей, их обучения, воспитания и развития. Это социально востребованная сфера, в которой заказчиками и потребителями образовательных услуг выступают дети и их родители, а также общество и государство. Дополнительное образование детей способно влиять на качество жизни, так как приобщает юных горожан к здоровому образу жизни, раскрывает творческий потенциал личности, побуждает к достижению общественно значимого результата. Этот вид образования способствует развитию склонностей, способностей и интересов, гражданских и нравственных качеств, жизненному и профессиональному самоопределению подрастающего поколения. Среди задач, решаемых учреждениями дополнительного образования, профилактика безнадзорности, правонарушений, наркомании, алкоголизма и экстремизма.

В настоящее время дополнительное образование становится важным компонентом общего образования.

Базовое (школьное) образование по своей направленности адресовано всем учащимся, безотносительно их личным планам и устремлениям. Совокупность знаний, умений и навыков определяется государственными стандартами. Дополнительное образование надстраивается над базовым и позволяет получить знания, выработать умения и навыки сообразно с личными планами на будущее.

Программа направлена на реализацию государственной политики Российской Федерации в области образования, усиления внимания органов исполнительной власти, общественности к дополнительному образованию детей и их воспитанию через организацию деятельности спортивной школы, к организации свободного времени, к противодействию негативным явлениям в детской и молодежной среде, к обеспечению охраны прав детей.

Настоящая образовательная программа разработана в соответствии с:

- Конституцией РФ;
- Федеральным законом «Об образовании» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Конвенцией о правах ребенка от 20 ноября 1989 года;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года;
- Концепцией развития дополнительного образования детей;
- ФЗ от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в

Российской Федерации»;

- федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта;
- Уставом учреждения;
- Лицензией на осуществление образовательной деятельности № Л035-01253-67/00193105 от 28.12.2015 г, выданной Департаментом Смоленской области по образованию и науке;
- локальными актами учреждения, регламентирующими образовательную деятельность.

Программа корректируется ежегодно в соответствии с изменяющимися условиями и возможностями учреждения дополнительного образования.

Настоящая программа разработана с учетом запросов детей, потребностей семьи, образовательных учреждений и направлена на сохранение лучших традиций культурно-образовательного пространства поселка и является документом, регулирующим деятельность муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Холмовская спортивная школа» Холм-Жирковского муниципального округа Смоленской области (далее – МБУДО «Холмовская спортивная школа», Учреждение).

Содержание программы направлено на создание образовательной среды, располагающей потенциалом, необходимым для развития у детей разных групп и категорий мотивации к познанию и творчеству как фундаментальной основы ценностных установок личности, обуславливающих её социально-позитивное поведение.

Исполнение Программы обеспечивается управленческими решениями, соответствующими фактическому состоянию кадровой политики, финансовой деятельности программно-методического обеспечения, материально-технической базы Учреждения в период её разработки.

Программа представляет собой непрерывную образовательную технологию и имеет позитивные возможности:

- для общества в целом - формирование высоконравственной, образованной личности, обладающей базовыми компетенциями современного человека;
- для местного сообщества - реализация дополнительных общеобразовательных программ в интересах личности, общества и государства;
- для образовательных учреждений - формирование единого образовательного пространства на основе интеграции общего и дополнительного образования;
- для обучающихся в Учреждении - приобретение практических навыков в спортивной деятельности, развитие культуры, формирование необходимых личных качеств и социальных компетентностей;
- для тренеров-преподавателей - повышение профессионального уровня, квалификации, освоение педагогами инновационных технологий.

Педагогическим коллективом были определены приоритетные направления образовательной политики Учреждения, а именно:

- свободный выбор ребенком видов и сфер деятельности; ориентация на личностные интересы, потребности, способности ребенка;
- возможность свободного самоопределения и самореализации ребенка;
- единство воспитания, развития, обучения; обновление содержания образования.

Перечисленные позиции составляют концептуальную основу развития содержания образовательной деятельности Учреждения, которые соответствуют главным принципам гуманистической педагогики: признание уникальности и самоценности человека, его права на самореализацию, личностно-равноправная позиция педагога и ребенка, ориентированность на его интересы, способность видеть в нем личность, достойную уважения.

Результатом работы МБУДО «Холмовская спортивная школа» является оптимальное выполнение муниципального заказа, а именно качественная реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки и дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в интересах личности, общества, государства, организация культурно-

массовых мероприятий и досуга учащихся в каникулярное время, реализация летней оздоровительной кампании.

В соответствии с муниципальным заказом определяются цели и задачи работы Учреждения, отражающие предложение образовательных услуг по формированию высокого общекультурного уровня детей на основе развития универсальных и специальных умений и навыков.

Основной целью деятельности муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Холмовская спортивная школа» Холм-Жирковского муниципального округа (далее - Учреждение) является образовательная деятельность по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

Целями деятельности Учреждения являются:

- обеспечение современного качества и доступности услуг по направлениям деятельности Учреждения в интересах личности, общества, государства;
- совершенствование содержания, организационных форм, методов и технологий дополнительного образования детей;
- создание условий для развития мотивации личности к познанию и творчеству;
- осуществление дополнительного образования детей и молодежи;
- развитие физической культуры и спорта.

Достижение поставленных целей возможно при условии решения следующих основных задач:

- реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта;
- реализация дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта;
- формирование у обучающихся необходимых умений и навыков в избранном виде спорта с целью развития и реализации в спортивной деятельности индивидуальных физических возможностей, воспитание духовных, нравственно-эстетических и гражданско-патриотических качеств;
- дополнительное образование детей и молодежи в области физической культуры, спорта и туризма, обеспечивающие спортивную подготовку детей и молодежи, повышение уровня их физической подготовки, совершенствование спортивного мастерства, формирование духовных потребностей, развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда детей и молодежи, в том числе удовлетворения потребностей обучающихся в самообразовании и получении дополнительного образования;
- адаптация детей и молодежи к жизни в обществе;
- формирование общей культуры личности обучающихся;
- осуществление физической подготовки обучающихся;
- организация содержательного досуга;
- удовлетворение потребностей детей и подростков в занятиях физической культурой и спортом;
- осуществление спортивной и воспитательной работы среди детей и молодежи муниципального района, направленной на укрепление их здоровья, всестороннее физическое и духовное развитие;
- организация и проведение работы по пропаганде спорта и физкультуры среди детей и молодежи с целью привлечения их к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- организация и проведение занятий с детьми и молодежью с ограниченными возможностями здоровья;

- участие в праздниках, в спортивно-массовых мероприятиях;
- организация и проведение спортивных мероприятий;
- формирование у обучающихся навыков поддержания должного уровня здоровья, физической и духовной положительной стабильности;
- обеспечение учащихся минимумом знаний в области гигиены спорта, физиологии человека, овладения теоретическими основами и практическими навыками организации спортивных занятий и соревнований в избранном виде спорта;
- обеспечение учащихся приёмами оценки уровня состояния своего здоровья, физической подготовки и необходимыми навыками по поддержанию их в норме;
- пропаганда здорового образа жизни, занятий спортом;
- осуществление нравственно-эстетического воспитания детей и подростков;
- формирование у обучающихся устойчивых, осознанных гражданско- патриотических чувств любви к Родине, высоких моральных качеств, интереса к познанию истории Отечества, края, малой Родины;
- подготовка из числа наиболее способных обучающихся спортсменов высокой квалификации;
- осуществление военно-патриотического воспитания обучающегося;
- осуществление социально-педагогической работы;
- формирование у обучающихся навыков в организации спортивных мероприятий, создание предпосылок для осознанного выбора профессии в области физической культуры и спорта;
- осуществление и проведение разъяснительной, консультационной и творческой работы с родителями.

Исходя из цели конечным продуктом (результатом) деятельности образовательного процесса является выпускник с прогнозируемыми в процессе освоения образовательной программы качествами, который сможет самостоятельно выстраивать свою деятельность и поведение, планировать будущее и осуществлять настоящее как достойный гражданин.

Таким образом, выпускник Учреждения получает возможность профессионального и личного самоопределения, более подготовлен к жизненным ситуациям.

В соответствии с Уставом в Учреждении реализуются дополнительные образовательные программы спортивной подготовки и дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы:

- дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта на отделениях баскетбола, волейбола, мини-футбола, бокса, фитнес-аэробики;
- дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по баскетболу, волейболу, боксу, футболу, фитнес-аэробике.

Все программы адаптированы к условиям работы Учреждения, содержат научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации учебного и тренировочного процесса на различных этапах подготовки.

Принципы, положенные в основу образовательных программ - универсализация и специализация содержания образования при целостности учебно-воспитательного и учебно-тренировочного процесса, ориентированного на сохранение здоровья и социальную адаптацию подростков.

Учреждение осуществляет образовательный процесс в соответствии с реализацией программ дополнительного образования.

Продолжительность обучения в группах спортивной направленности ведется в соответствии с федеральными стандартами по видам спорта.

Анализируя программы, можно сделать вывод, что все программы оформлены и сделаны по единой структуре: общие положения, характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, система контроля, рабочая программа по виду спорта, особенности

осуществления спортивной подготовки по отдельным дисциплинам, условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, литература. В каждой программе определены срок обучения, этапы обучения, результаты.

## **1.2. Планируемые результаты**

Образовательная программа конкретизирует систему приоритетов, учитывающих преимущества условий дополнительного образования детей, реализация которых позволит использовать педагогический потенциал в качестве фактора социально-экономического развития, а также средства художественного, нравственно-патриотического воспитания детей и юношества и дальнейшего укрепления социального партнерства.

Приоритетными направлениями деятельности Учреждения являются:

- личностно-ориентированный подход на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, дальнейшее развитие детско-юношеского спорта;
- воспитание устойчивого интереса обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- взаимодействие с организациями, заинтересованными в вопросах формирования, сохранения, укрепления здоровья школьников, в развитии массовой физкультурно- оздоровительной работы с детьми, подростками и учащейся молодежью;
- формирование, сохранение и укрепление здоровья средствами физической культуры и спорта;
- достижение высоких спортивных результатов;
- использование новых технологий в учебно-тренировочном и воспитательном процессе;
- работа с детьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья и развитии;
- совершенствование и эффективное использование материально-технической и спортивной базы Учреждения.

Ценностными приоритетами системы образования Учреждения являются:

- демократизация учебно-тренировочного и воспитательного процесса;
- формирование здорового образа жизни;
- развитие массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с детьми, ориентированной на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации;
- саморазвитие личности;
- создание условий для педагогического творчества;
- создание учебно-программного и методического обеспечения;
- системное развитие на основе информационных технологий;
- поиск, поддержка и развитие детско-творческой одаренности;
- деятельность, способствующая социальной адаптации, гражданскому становлению подрастающего поколения;
- коррективная и развитие психических свойств личности, коммуникативных и интеллектуальных способностей обучающихся;
- развитие лидерских качеств;
- организация социализирующего досуга детей и подростков.

При осуществлении образовательной деятельности Учреждение опирается на приоритетные принципы:

- демократизация взаимоотношений тренера-преподавателя и обучающегося на основе партнерства, сотрудничества;
- гуманизация образования на основе проявления заботы о социальной защите учащихся и педагогов и создание условий учебной и профессионально- педагогической деятельности в режимах, не угрожающих безопасности и жизнедеятельности;
- осуществление образования обучающихся на основе дифференциации их способностей и

склонностей, развития их творческих способностей;

- обеспечение социальной защиты ребенка во всех аспектах, касающихся его жизнедеятельности.

Концептуальная идея деятельности Учреждения - ориентация на общечеловеческие ценности: человек, семья, отечество.

Основными принципами организации развивающей образовательной среды являются: открытость, вариативность, адаптивность, партнерство.

Принцип открытости относится как к процессу образования, обращенному к спортивному совершенствованию обучающихся, так и к организации взаимодействия Учреждения с социокультурной средой.

Принцип вариативности обеспечивает выбор индивидуального развивающего маршрута образования, разработку различных вариантов образовательных программ, образовательных модулей, дифференцированных в зависимости от возраста, уровня развития, индивидуальных особенностей и интересов детей.

Принцип адаптивности предусматривает такое взаимодействие личностей, социальных групп между собой и со средой, в ходе которого согласовываются требования и ожидания всех его участников.

Принцип партнерства предполагает формирование партнерских отношений между участниками образовательного процесса Учреждения и окружающего сообщества.

Образовательный процесс состоит из содержательных блоков, представляющих основные виды деятельности организации: воспитательную, образовательную и досуговую.

Воспитательный блок включает в себя систему воспитательных мероприятий Учреждения, направленных на реализацию функций воспитания, а также систему активного участия воспитанников Учреждения в самоуправлении, социокультурных развивающих программах.

Образовательный блок представлен уровнями, при прохождении которых ребенок осваивает все более высокие ступени спортивного мастерства.

Досуговый блок состоит из следующих форм работы:

- разработка сценариев культурно-массовых и спортивных мероприятий;
- организация и проведение праздников, конкурсов, соревнований, смотров и др.;
- подготовка и проведение встреч с интересными людьми;
- организация летнего отдыха детей.

1.2.1. Предполагаемыми результатами освоения дополнительных общеобразовательных программ являются:

- стабильность состава обучающихся;
- формирование знаний, умений и навыков в избранном виде спорта, вовлечение в систему регулярных занятий;
- улучшение состояния здоровья, повышение уровня физической подготовленности и гармоничное развитие в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся;
- выполнение объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программными требованиями;
- освоение основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладение теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

1.2.2. Основными показателями выполнения требований дополнительных образовательных программ спортивной подготовки являются:

На этапе начальной подготовки:

- стабильность состава обучающихся;
- динамика прироста показателей физической подготовленности;
- уровень освоения основ техники избранного вида спорта;
- выполнение нормативов промежуточной аттестации.

На тренировочном этапе:

- состояние здоровья, уровень физического развития обучающихся;
- динамика уровня подготовленности в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся;
- освоение объема тренировочных нагрузок, предусмотренных программой;
- успешное выступление в соревнованиях городского, регионального и всероссийского уровней;
- освоение теоретического раздела программы избранного вида спорта;
- выполнение нормативов промежуточной аттестации.

### 1.3. Система оценки качества реализации образовательной программы

Качество подготовки обучающихся находится под постоянным контролем тренера-преподавателя.

Контроль освоения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ осуществляется следующими способами:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;
- текущий контроль двигательных умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- тематический контроль умений и навыков после изучения тем;
- самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков;
- контроль за состоянием здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития, группа здоровья.

Формы подведения итогов реализации дополнительных общеразвивающих программ: беседы, выполнение контрольных нормативов по ОФП и СФП, открытые тренировочные занятия.

Перечень и порядок проведения контрольных испытаний для обучающихся, а также нормативные требования по общей физической подготовке для обучающихся спортивно-оздоровительного этапа учитывают требования для данного биологического возраста детей и скорректированы с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Одаренные обучающиеся, по решению тренерского совета и по результатам сдачи контрольных нормативов могут быть переведены в группы начальной подготовки дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по видам спорта.

Для оценки качества освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводятся промежуточная (ежегодно, после каждого этапа (периода) обучения) и итоговая (после освоения Программы) аттестация обучающихся.

Основные требования к контролю:

1. Контроль подготовки обучающихся предусматривает регистрацию и анализ основных количественных характеристик учебно-тренировочного процесса - тренировочных и соревновательных нагрузок, а также тех необходимых дополнительных параметров, которые своей информативной значимостью отражают специфику подготовки в виде спорта.

2. Контрольные тесты и нормативы подготовленности обучающихся определяются задачами этапа их подготовки и устанавливаются для оценки динамики физического развития, адекватности влияния тренировочных и соревновательных нагрузок возможностям организма, разрабатываются в соответствии с видами подготовки и оцениваются на основе результатов комплекса измерений, необходимых и достаточных для обоснованной коррекции подготовки.

3. Нормативы спортивной подготовленности предъявляют обязательные требования к общей физической подготовленности и специальной спортивной подготовленности обучающихся, являются основанием для перевода обучающегося на следующий этап многолетней подготовки.

4. Все виды контроля подготовленности обучающихся осуществляются, исходя из имеющихся возможностей Учреждения, где обучающиеся проходят подготовку.

При проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся учитываются результаты освоения Программы по каждой предметной области. Испытания по теоретической подготовке проводят путем беседы и опроса учащихся. Испытания по ОФП и СФП проводят в виде соревнований.

Разрядные требования выполняют на специальных соревнованиях, результаты которых фиксируют специально назначенным независимым педагогом, ответственным за проведение соревнований, что и является основанием для учета спортивных результатов при комплектовании учебных групп.

Все контрольные упражнения указаны в программе избранного вида спорта для соответствующего периода подготовки, и их успешная сдача дает право перейти на следующий этап (период) подготовки (исключение составляют требования к спортивным результатам: обучающийся переходит на следующий этап (период) подготовки только в случае выполнения необходимого разряда для данного этапа (периода)).

Процедура проведения промежуточной и итоговой аттестаций регламентируется локальными нормативными актами Учреждения.

По окончании обучения по программе избранного вида спорта по результатам итоговой аттестации обучающемуся (выпускнику) выдается свидетельство, форма которого устанавливается локальным нормативным актом Учреждения.

## **2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Дополнительные общеразвивающие программы, реализуемые в Учреждении, соответствуют требованиям, обозначенным в приказе Минобрнауки России от 29.08.2013 г. № 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, реализуемые в Учреждении, разработаны на основе положений Федерального закона от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, утвержденными приказами Минспорта России, примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта, утвержденными приказами Министерства спорта РФ.

Программы, реализуемые в учреждении

| № п/п | Название программы                                                                          | Информация о программе                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Возраст обучающихся | Срок реализации программы | Форма обучения |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------|----------------|
| 1.    | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Баскетбол» | В спортивно-оздоровительных группах юные баскетболисты изучают основы техники баскетбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса, изучают позволяющая подготовить спортсменов, готовых к выступлению на соревнованиях различного уровня.                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 5-18                | До 3-х лет                | очная          |
| 2.    | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Волейбол»  | В спортивно-оздоровительных группах юные волейболисты изучают основы техники баскетбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса, изучают позволяющая подготовить спортсменов, готовых к выступлению на соревнованиях различного уровня.                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 5-18                | До 3-х лет                | очная          |
| 3.    | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Бокс»      | Программа предусматривает осуществление физкультурно-оздоровительной работы, направленной на физическое образование, разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники бокса, выборе спортивной специализации, выполнение контрольных нормативов для зачисления в группу начальной подготовки. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение основами физической культуры, слагаемыми которой являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность | 5-18                | До 3-х лет                | очная          |

|    |                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |      |            |       |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------|-------|
| 4. | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Мини-футбол»     | <p>Программа создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.</p> <p>Мини-футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.</p> <p>Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.</p> | 5-18 | До 3-х лет | очная |
| 5. | Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Фитнес-аэробика» | <p>Фитнес во всех формах своей деятельности способствует разностороннему развитию личности ребенка, общему оздоровлению его организма, укреплению физических и духовных сил, приобретению навыков самостоятельной деятельности.</p> <p>Оптимальная физическая нагрузка способствует психологическому здоровью личности, помогает эмоционально «разрядиться», избавиться от стресса, накопленного в течение дня. Регулярное выполнение физических упражнений дает заряд энергии и улучшает настроение, что способствует увеличению работоспособности. Воспитание и развитие здорового поколения приобретает социальную значимость. Дети лучше учатся и запоминают материал, когда они физически вовлечены в обучающую ситуацию. Это означает, что часто мы лучше обучаемся в действии. Движения подкрепляют обучение и развивают координацию. Это, в свою</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 5-18 | До 3-х лет | очная |

|   |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |       |       |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|-------|-------|
|   |                                                                                           | очередь, повышает способность ориентироваться в пространстве, т.е. имеет прикладное значение.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |         |       |       |
| 6 | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Бокс»      | Программа составлена так, что для каждого этапа обучения излагается новый материал. Учебный материал по технической и тактической подготовке систематизирован с учётом взаимосвязи техники и тактики, а также последовательности изучения технических приёмов и тактических действий, как в отдельном годичном цикле, так и на протяжении многолетнего процесса подготовки.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | С 9 лет | 8 лет | очная |
| 7 | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол»  | <p>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «волейбол» предназначена для организации спортивной подготовки по спортивным дисциплинам «волейбол», «пляжный волейбол»</p> <p>Спортивная подготовка по Программе осуществляется на этапах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- начальной подготовки;</li> <li>- учебно-тренировочном (этапе спортивной специализации);</li> </ul> <p>Программа направлена на всестороннее развитие личности, выявление спортивно одаренных детей , профессиональная ориентация для сферы физической культуры и спорта . спортивная подготовка волейболистов представляет собой многолетний целенаправленный процесс, единую организационную систему, которая обеспечивает преемственность задач, средств и методов, форм подготовки спортсменов всех возрастных групп</p> | С 8 лет | 8 лет | очная |
| 8 | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол» | <p>Программа предназначена для организации спортивной подготовки по спортивным дисциплинам «баскетбол», «баскетбол 3х3»</p> <p>Спортивная подготовка по Программе осуществляется на этапах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- начальной подготовки;</li> <li>- учебно-тренировочном (этапе спортивной специализации).</li> </ul> <p>Программа направлена на всестороннее развитие личности, выявление спортивно одаренных детей , профессиональная ориентация для сферы физической культуры и спорта . спортивная подготовка баскетболистов представляет собой многолетний</p>                                                                                                                                                                                                                                                            | С 8 лет | 8 лет | очная |

|    |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |         |   |       |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---|-------|
|    |                                                                                                 | целенаправленный процесс, единую организационную систему, которая обеспечивает преемственность задач, средств и методов, форм подготовки спортсменов всех возрастных групп                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |         |   |       |
| 9  | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»          | <p>Программа предназначена для организации спортивной подготовки по спортивным дисциплинам «футбол», «мини-футбол (футзал)» .</p> <p>Спортивная подготовка по Программе осуществляется на этапах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- начальной подготовки;</li> <li>- учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)</li> </ul> <p>Программа направлена на всестороннее развитие личности, выявление спортивно одаренных детей , профессиональная ориентация для сферы физической культуры и спорта . спортивная подготовка футболистов представляет собой многолетний целенаправленный процесс, единую организационную систему, которая обеспечивает преемственность задач, средств и методов, форм подготовки спортсменов всех возрастных групп.</p>                                                                                                                                                                                                                                        | С 7 лет | 8 | очная |
| 10 | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Фитнес-аэробика» | <p>Программа предназначена для организации спортивной подготовке по спортивной дисциплине «фитнес-аэробика»</p> <p>Спортивная подготовка по Программе осуществляется на этапах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>начальной подготовки;</li> <li>учебно-тренировочном (этапе спортивной специализации.</li> </ul> <p>Программы направлена на:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>обеспечение учебно-тренировочного процесса с учетом минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «фитнес-аэробика», утвержденным приказом Минспорта России от 24.01.2022 г №39 (далее – ФССП);</li> <li>- достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки;</li> <li>- всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание обучающихся;</li> </ul> | С 7 лет | 8 | очная |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- совершенствование спортивного мастерства посредством организации систематического участия обучающихся в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования;</li> <li>- подготовка спортивного резерва для спортивных сборных команд.</li> </ul> |  |  |  |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Учебный план на 2025-2026 учебный год.

3.1.1. Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «БАСКЕТБОЛ»

| №<br>п/п | Виды спортивной<br>подготовки и иные<br>мероприятия | Годы обучения             |     |     |
|----------|-----------------------------------------------------|---------------------------|-----|-----|
|          |                                                     | 1-й                       | 2-й | 3-й |
|          |                                                     | Количество часов в неделю |     |     |
|          |                                                     | 6                         | 6   | 6   |
| 1.       | Теоретическая подготовка                            | 10                        | 10  | 10  |
| 2.       | Общая физическая подготовка                         | 130                       | 120 | 106 |
| 3.       | Специальная физическая подготовка                   | 20                        | 30  | 40  |
| 4.       | Технико-тактическая подготовка                      | 100                       | 100 | 100 |
| 5.       | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)   | 4                         | 4   | 4   |
| 6.       | Участие в спортивных соревнованиях                  | -                         | -   | 4   |
|          | Итого                                               | 264                       | 264 | 264 |

3.1.2. Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «БОКС»

| №<br>п/п | Виды спортивной подготовки<br>и иные мероприятия  | Годы обучения             |     |     |
|----------|---------------------------------------------------|---------------------------|-----|-----|
|          |                                                   | 1-й                       | 2-й | 3-й |
|          |                                                   | Количество часов в неделю |     |     |
|          |                                                   | 6                         | 6   | 6   |
| 1.       | Теоретическая подготовка                          | 8                         | 8   | 8   |
| 2.       | Общая физическая подготовка                       | 106                       | 85  | 68  |
| 3.       | Специальная физическая подготовка                 | 30                        | 45  | 55  |
| 4.       | Технико-тактическая подготовка                    | 116                       | 120 | 125 |
| 5.       | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) | 4                         | 4   | 4   |
| 6.       | Участие в спортивных соревнованиях                | -                         | 2   | 4   |
|          | Итого                                             | 264                       | 264 | 264 |

3.1.3. Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «ВОЛЕЙБОЛ»

| №<br>п/п | Виды спортивной подготовки<br>и иные мероприятия  | Годы обучения             |     |     |
|----------|---------------------------------------------------|---------------------------|-----|-----|
|          |                                                   | 1-й                       | 2-й | 3-й |
|          |                                                   | Количество часов в неделю |     |     |
|          |                                                   | 6                         | 6   | 6   |
| 1.       | Теоретическая подготовка                          | 10                        | 10  | 10  |
| 2.       | Общая физическая подготовка                       | 109                       | 93  | 81  |
| 3.       | Специальная физическая подготовка                 | 71                        | 80  | 85  |
| 4.       | Технико-тактическая подготовка                    | 70                        | 75  | 80  |
| 5.       | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) | 4                         | 4   | 4   |
| 6.       | Участие в спортивных соревнованиях                | -                         | 2   | 4   |
|          | Итого                                             | 264                       | 264 | 264 |

3.1.4. Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «МИНИ-ФУТБОЛ»

| №<br>п/п | Виды спортивной подготовки<br>и иные мероприятия  | Годы обучения             |     |     |
|----------|---------------------------------------------------|---------------------------|-----|-----|
|          |                                                   | 1-й                       | 2-й | 3-й |
|          |                                                   | Количество часов в неделю |     |     |
|          |                                                   | 6                         | 6   | 6   |
| 1.       | Теоретическая подготовка                          | 10                        | 10  | 10  |
| 2.       | Общая физическая подготовка                       | 109                       | 93  | 81  |
| 3.       | Специальная физическая подготовка                 | 71                        | 80  | 85  |
| 4.       | Технико-тактическая подготовка                    | 70                        | 75  | 80  |
| 5.       | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) | 4                         | 4   | 4   |
| 6.       | Участие в спортивных соревнованиях                | -                         | 2   | 4   |
|          | Итого                                             | 264                       | 264 | 264 |

3.1.5. Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «ФИТНЕС-АЭРОБИКА»

| №<br>п/п | Виды спортивной подготовки<br>и иные мероприятия | Годы обучения             |     |     |
|----------|--------------------------------------------------|---------------------------|-----|-----|
|          |                                                  | 1-й                       | 2-й | 3-й |
|          |                                                  | Количество часов в неделю |     |     |
|          |                                                  | 6                         | 6   | 6   |
| 1.       | Теоретическая подготовка                         | 10                        | 10  | 10  |
| 2.       | Общая физическая подготовка                      | 109                       | 93  | 81  |
| 3.       | Классическая аэробика                            | 63                        | 75  | 87  |
| 4.       | Фитбол – гимнастика                              | 30                        | 30  | 30  |
| 5.       | Йога                                             | 10                        | 12  | 12  |
| 6.       | Степ – аэробика                                  | 30                        | 30  | 30  |
| 7.       | Стретчинг                                        | 10                        | 12  | 12  |
| 8.       | Диагностика                                      | 2                         | 2   | 2   |
|          | Итого                                            | 264                       | 264 | 264 |

3.1.6. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки  
«БАСКЕТБОЛ»

| №<br>п/<br>п | Виды подготовки и<br>иные мероприятия                                                                                               | Этапы и годы подготовки                                                         |               |                                                                     |                   |                                                                 |                                                      |
|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|              |                                                                                                                                     | Этап<br>начальной<br>подготовки                                                 |               | Учебно-<br>тренировочный этап<br>(этап спортивной<br>специализации) |                   | Этап<br>совершенс-<br>твования<br>спортивног<br>о<br>мастерства | Этап<br>высшего<br>спортивно<br>го<br>мастерств<br>а |
|              |                                                                                                                                     | До<br>года                                                                      | Свыше<br>года | До трех<br>лет                                                      | Свыше<br>трех лет |                                                                 |                                                      |
|              |                                                                                                                                     | Недельная нагрузка в часах                                                      |               |                                                                     |                   |                                                                 |                                                      |
|              |                                                                                                                                     | 4,5-6                                                                           | 6-8           | 8-14                                                                | 12-18             | 16-24                                                           | 20-32                                                |
|              |                                                                                                                                     | Максимальная продолжительность одного учебно-<br>тренировочного занятия в часах |               |                                                                     |                   |                                                                 |                                                      |
|              |                                                                                                                                     | 2                                                                               | 2             | 3                                                                   | 3                 | 4                                                               | 4                                                    |
|              |                                                                                                                                     | Наполняемость группы (человек)                                                  |               |                                                                     |                   |                                                                 |                                                      |
|              |                                                                                                                                     | 15                                                                              |               | 12                                                                  |                   | 6                                                               | 4                                                    |
|              |                                                                                                                                     |                                                                                 |               |                                                                     |                   |                                                                 |                                                      |
| 1.           | Общая физическая подготовка                                                                                                         | 58-62                                                                           | 62-75         | 75-106                                                              | 85-101            | 102-149                                                         | 144-199                                              |
| 2.           | Специальная физическая подготовка                                                                                                   | 41-43                                                                           | 43-67         | 76-111                                                              | 100-138           | 159-249                                                         | 207-232                                              |
| 3.           | Участие в спортивных соревнованиях                                                                                                  | -                                                                               | -             | 20-52                                                               | 54-112            | 68-80                                                           | 89-166                                               |
| 4.           | Техническая подготовка                                                                                                              | 80-101                                                                          | 101-124       | 101-169                                                             | 144-169           | 129-174                                                         | 154-232                                              |
| 5.           | Тактическая подготовка<br>Теоретическая подготовка<br>Психологическая подготовка                                                    | 49-56                                                                           | 56-77         | 77-131                                                              | 124-184           | 166-230                                                         | 187-304                                              |
| 6.           | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)<br>Медицинские, медико-биологические мероприятия<br>Восстановительные мероприятия | 15-19                                                                           | 19-23         | 23-30                                                               | 12-38             | 33-63                                                           | 52-166                                               |
| 7.           | Инструкторская практика<br>Судейская практика                                                                                       | -                                                                               | -             | 4-21                                                                | 6-27              | 16-49                                                           | 20-66                                                |
| 8.           | Интегральная подготовка                                                                                                             | 21-31                                                                           | 31-50         | 40-108                                                              | 99-167            | 159-254                                                         | 187-299                                              |
|              | Общее количество часов в год                                                                                                        | 264-312                                                                         | 312-416       | 416-728                                                             | 624-936           | 832-1248                                                        | 1040-1664                                            |

3.1.7. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки  
«ВОЛЕЙБОЛ»

| №п/п                         | Виды подготовки и иные мероприятия                | Этапы и годы подготовки                                                     |            |                                                           |                |                                               |                                     |
|------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------|
|                              |                                                   | Этап начальной подготовки                                                   |            | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) |                | Этап совершенствования спортивного мастерства | Этап высшего спортивного мастерства |
|                              |                                                   | До года                                                                     | Свыше года | До трех лет                                               | Свыше трех лет |                                               |                                     |
|                              |                                                   | Недельная нагрузка в часах                                                  |            |                                                           |                |                                               |                                     |
|                              |                                                   | 4,5-6                                                                       | 6-8        | 10-12                                                     | 12-18          | 18-24                                         | 24-32                               |
|                              |                                                   | Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах |            |                                                           |                |                                               |                                     |
|                              |                                                   | 2                                                                           | 2          | 3                                                         | 3              | 4                                             | 4                                   |
|                              |                                                   | Наполняемость групп (человек)                                               |            |                                                           |                |                                               |                                     |
|                              |                                                   | 14                                                                          |            | 12                                                        |                | 6                                             | 6                                   |
| 1.                           | Общая физическая подготовка                       | 76-90                                                                       | 90-120     | 130-137                                                   | 137-150        | 120-124                                       | 1247-189                            |
| 2.                           | Специальная физическая подготовка                 | 26-43                                                                       | 43-50      | 70-79                                                     | 79-133         | 163-179                                       | 179-221                             |
| 3.                           | Участие в спортивных соревнованиях                | --                                                                          | --         | 26-47                                                     | 47-100         | 100-187                                       | 187-243                             |
| 4.                           | Техническая подготовка                            | 51-60                                                                       | 60-104     | 120-128                                                   | 128-210        | 210-269                                       | 269-282                             |
| 5.                           | Тактическая подготовка                            | 10-25                                                                       | 25-33      | 51-70                                                     | 70-98          | 98-120                                        | 120-143                             |
| 6.                           | Теоретическая подготовка                          | 26-30                                                                       | 30-40      | 60-68                                                     | 68-83          | 83-113                                        | 113-128                             |
| 7.                           | Интегральная подготовка                           | 40-55                                                                       | 55-60      | 52-60                                                     | 60-79          | 79-111                                        | 11-138                              |
| 8.                           | Психологическая подготовка                        | 2-3                                                                         | 3-3        | 3-7                                                       | 7-15           | 15-23                                         | 23-51                               |
| 9.                           | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) | 1-2                                                                         | 2-2        | 2-6                                                       | 6-12           | 12-24                                         | 24-53                               |
| 10.                          | Инструкторская практика                           | -                                                                           | -          | 1-5                                                       | 5-17           | 17-25                                         | 25-58                               |
| 11.                          | Судейская практика                                | -                                                                           | -          | 1-5                                                       | 5-17           | 17-25                                         | 25-58                               |
| 12.                          | Медицинские, медико-биологические мероприятия     | 1-2                                                                         | 2-2        | 2-6                                                       | 6-11           | 11-24                                         | 24-50                               |
| 13.                          | Восстановительные мероприятия                     | 1-2                                                                         | 2-2        | 2-6                                                       | 6-11           | 11-24                                         | 24-50                               |
| Общее количество часов в год |                                                   | 234-312                                                                     | 312-416    | 520-624                                                   | 624-936        | 936-1248                                      | 1248-1664                           |

## 3.1.8. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «БОКС»

| №<br>п/п                        | Виды подготовки и<br>иные мероприятия                      | Этапы и годы подготовки                                                         |               |                                                                       |                      |                                                            |                                                      |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|                                 |                                                            | Этап начальной<br>подготовки                                                    |               | Учебно-<br>тренировочный<br>этап(этап<br>спортивной<br>специализации) |                      | Этап<br>совершенствов<br>ания<br>спортивного<br>мастерства | Этап<br>высшего<br>спортив<br>ного<br>мастерст<br>ва |
|                                 |                                                            |                                                                                 |               |                                                                       |                      |                                                            |                                                      |
|                                 |                                                            | До года                                                                         | Свыше<br>года | До трех<br>лет                                                        | Свыше<br>трех<br>лет |                                                            |                                                      |
|                                 |                                                            | Недельная нагрузка в часах                                                      |               |                                                                       |                      |                                                            |                                                      |
|                                 |                                                            | 4,5-6                                                                           | 6-8           | 12-14                                                                 | 16-18                | 20-24                                                      | 24-32                                                |
|                                 |                                                            | Максимальная продолжительность одного учебно-<br>тренировочного занятия в часах |               |                                                                       |                      |                                                            |                                                      |
|                                 |                                                            | 2                                                                               | 2             | 3                                                                     | 3                    | 4                                                          | 4                                                    |
|                                 |                                                            | Наполняемость групп (человек)                                                   |               |                                                                       |                      |                                                            |                                                      |
|                                 |                                                            | 10                                                                              |               | 8                                                                     |                      | 4                                                          |                                                      |
| 1.                              | Общая физическая<br>подготовка                             | 93-112                                                                          | 112-150       | 125-147                                                               | 133-148              | 125-125                                                    | 125-175                                              |
| 2.                              | Специальная<br>физическая<br>подготовка                    | 36-48                                                                           | 48-62         | 125-147                                                               | 168-175              | 230-225                                                    | 225-275                                              |
| 3.                              | Участие в<br>спортивных<br>соревнованиях                   | -                                                                               | -             | 12-15                                                                 | 25-35                | 30-38                                                      | 38-58                                                |
| 4.                              | Техническая<br>подготовка                                  | 70-99                                                                           | 99-133        | 250-290                                                               | 325-350              | 322-375                                                    | 375-425                                              |
| 5.                              | Тактическая<br>подготовка                                  | 8-22                                                                            | 22-30         | 32-36                                                                 | 75-102               | 148-256                                                    | 256-309                                              |
| 6.                              | Теоретическая<br>подготовка                                | 13-12                                                                           | 12-17         | 30-36                                                                 | 33-38                | 40-40                                                      | 40-80                                                |
| 7.                              | Психологическая<br>подготовка                              | 5-10                                                                            | 10-12         | 20-22                                                                 | 33-38                | 40-40                                                      | 40-80                                                |
| 8.                              | Контрольные<br>мероприятия<br>(тестирование и<br>контроль) | 3-3                                                                             | 3-4           | 6-7                                                                   | 8-10                 | 11-13                                                      | 13-40                                                |
| 9.                              | Инструкторская<br>практика                                 | -                                                                               | -             | 6-7                                                                   | 8-10                 | 21-25                                                      | 25-50                                                |
| 10.                             | Судейская практика                                         | -                                                                               | -             | 6-7                                                                   | 8-10                 | 21-25                                                      | 25-50                                                |
| 11.                             | Медицинские,<br>медико-<br>биологические<br>мероприятия    | 3-3                                                                             | 3-4           | 6-7                                                                   | 8-10                 | 26-43                                                      | 43-61                                                |
| 12.                             | Восстановительные<br>мероприятия                           | 3-3                                                                             | 3-4           | 6-7                                                                   | 8-10                 | 26-43                                                      | 43-61                                                |
| Общее количество часов в<br>год |                                                            | 234-312                                                                         | 312-416       | 624-728                                                               | 832-936              | 1040-1248                                                  | 1248-1664                                            |

## 3.1.9. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «ФУТБОЛ»

| №<br>п/п                        | Виды подготовки<br>и иные<br>мероприятия                   | Этапы и годы подготовки                                                        |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
|                                 |                                                            | Этап начальной<br>подготовки                                                   |                                   | Учебно-<br>тренировочный<br>этап(этап<br>спортивной<br>специализации) |         | Этап<br>совершенст<br>вования<br>спортивного<br>мастерства | Этап высшего<br>спортивного<br>мастерства |
|                                 |                                                            |                                                                                |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
|                                 |                                                            | Недельная нагрузка в часах                                                     |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
|                                 |                                                            | 4,5-6                                                                          | 6-8                               | 10-14                                                                 | 16-18   | 20-24                                                      | 24-32                                     |
|                                 |                                                            | Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного<br>занятия в часах |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
|                                 |                                                            | 2                                                                              | 2                                 | 3                                                                     | 3       | 4                                                          | 4                                         |
|                                 |                                                            | Наполняемость групп (человек)                                                  |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
|                                 |                                                            | 15                                                                             |                                   | 12                                                                    |         | 6                                                          | 4                                         |
|                                 |                                                            | 1.                                                                             | Общая<br>физическая<br>подготовка | 110-144                                                               | 144-191 | 207-263                                                    | 146-161                                   |
| 2.                              | Специальная<br>физическая<br>подготовка                    | 6-8                                                                            | 6-10                              | 40-55                                                                 | 303-328 | 450-525                                                    | 390-500                                   |
| 3.                              | Участие в<br>спортивных<br>соревнованиях                   | -                                                                              | -                                 | 12-15                                                                 | 50-56   | 70-80                                                      | 170-200                                   |
| 4.                              | Техническая<br>подготовка                                  | 110-144                                                                        | 144-180                           | 190-255                                                               | 155-170 | 100-120                                                    | 105-120                                   |
| 5.                              | Тактическая<br>подготовка                                  | 2-3                                                                            | 3-6                               | 40-65                                                                 | 108-122 | 210-250                                                    | 370-520                                   |
| 6.                              | Теоретическая<br>подготовка                                |                                                                                |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
| 7.                              | Психологическая<br>подготовка                              |                                                                                |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
| 8.                              | Контрольные<br>мероприятия<br>(тестирование и<br>контроль) | 3                                                                              | 3                                 | 5                                                                     | 5       | 3                                                          | 4                                         |
| 9.                              | Инструкторская<br>практика                                 | -                                                                              | -                                 | 10-25                                                                 | 20-28   | 40-50                                                      | 30-50                                     |
| 10.                             | Судейская<br>практика                                      | -                                                                              | -                                 |                                                                       |         |                                                            |                                           |
| 11.                             | Медицинские,<br>медико-<br>биологические<br>мероприятия    | 3-10                                                                           | 12-26                             | 21-45                                                                 | 45-66   | 60-100                                                     | 80-150                                    |
| 12.                             | Восстановительн<br>ые мероприятия                          |                                                                                |                                   |                                                                       |         |                                                            |                                           |
| Общее количество часов<br>в год |                                                            | 234-312                                                                        | 312-416                           | 520-728                                                               | 832-936 | 1040-1248                                                  | 1248-1664                                 |

3.1.10 Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки  
«ФИТНЕС-АЭРОБИКА»

| №<br>п/<br>п                 | Виды подготовки и<br>иные мероприятия             | Этапы и годы подготовки                                                         |                |                                                                     |                   |                                                                |                                                      |
|------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|                              |                                                   | Этап<br>начальной<br>подготовки                                                 |                | Учебно-<br>тренировочный этап<br>(этап спортивной<br>специализации) |                   | Этап<br>совершенст<br>вования<br>спортивног<br>о<br>мастерства | Этап<br>высшего<br>спортивн<br>ого<br>мастерств<br>а |
|                              |                                                   | До<br>года                                                                      | Свыш<br>е года | До<br>трех<br>лет                                                   | Свыше<br>трех лет |                                                                |                                                      |
|                              |                                                   | Недельная нагрузка в часах                                                      |                |                                                                     |                   |                                                                |                                                      |
|                              |                                                   | 4,5-<br>6                                                                       | 6-8            | 12-14                                                               | 14-18             | 21-24                                                          | 24-32                                                |
|                              |                                                   | Максимальная продолжительность одного учебно-<br>тренировочного занятия в часах |                |                                                                     |                   |                                                                |                                                      |
|                              |                                                   | 2                                                                               | 2              | 3                                                                   | 3                 | 4                                                              | 4                                                    |
|                              |                                                   | Наполняемость группы (человек)                                                  |                |                                                                     |                   |                                                                |                                                      |
|                              |                                                   | 15                                                                              |                | 6                                                                   |                   | 4                                                              | 1                                                    |
| 1.                           | Общая физическая подготовка                       | 115-145                                                                         | 145-134        | 130-151                                                             | 151-189           | 170-190                                                        | 190-280                                              |
| 2.                           | Специальная физическая подготовка                 | 55-78                                                                           | 78-125         | 124-136                                                             | 136-171           | 297-336                                                        | 336-443                                              |
| 3.                           | Участие в спортивных соревнованиях                | -                                                                               | 0-12           | 16-28                                                               | 28-37             | 32-44                                                          | 44-83                                                |
| 4.                           | Техническая подготовка                            | 35-56                                                                           | 56-56          | 132-147                                                             | 147-190           | 190-200                                                        | 200+264                                              |
| 5.                           | Тактическая подготовка                            | 10-11                                                                           | 11-15          | 36-43                                                               | 43-55             | 86-99                                                          | 99-115                                               |
| 6.                           | Теоретическая подготовка                          | 12-12                                                                           | 10-24          | 79-90                                                               | 90-100            | 105-124                                                        | 124-124                                              |
| 7.                           | Психологическая подготовка                        | 3-5                                                                             | 5-10           | 37-44                                                               | 44-75             | 87-100                                                         | 100-133                                              |
| 8.                           | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) | 2-3                                                                             | 3-10           | 14-15                                                               | 15-19             | 22-22                                                          | 22-33                                                |
| 9.                           | Инструкторская практика                           | 0-0                                                                             | 1-7            | 9-15                                                                | 15-19             | 22-25                                                          | 25-50                                                |
| 10.                          | Судейская практика                                | 0-0                                                                             | 1-5            | 9-15                                                                | 15-19             | 22-25                                                          | 25-50                                                |
| 11.                          | Медицинское, медико-биологические мероприятия     | 1-1                                                                             | 1-9            | 19-22                                                               | 22-25             | 22-37                                                          | 37-37                                                |
| 12.                          | Восстановительные мероприятия                     | 1-1                                                                             | 1-9            | 19-22                                                               | 22-37             | 37-46                                                          | 46-52                                                |
| Общее количество часов в год |                                                   | 234-312                                                                         | 312-416        | 624-728                                                             | 728-936           | 1092-1248                                                      | 1248-1664                                            |

### 3.2. Календарный учебный график

| Этапы подготовки                                | Спортивно-оздоровительный этап                                          | Этап начальной подготовки          |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| Начало учебного года                            | 01 сентября 2025                                                        |                                    |
| Продолжительность учебного года                 | 42 недели                                                               | 52 недели                          |
| Продолжительность учебной недели                | 6 дней (в зависимости от учебной нагрузки в соответствии с расписанием) |                                    |
| Продолжительность одного тренировочного занятия | Не более 2-х астрономических часов                                      | Не более 2-х астрономических часов |
| Промежуточная аттестация                        | нет                                                                     | Нормативы ОФП и СФП март 2026      |
| Итоговая аттестация                             | ОФП при переходе на программы СП                                        | 31.08.2026                         |
| Окончание учебного года                         | 05.07.2026                                                              | 31.08.2026                         |
| каникулы                                        | 06.07.2026-31.08.2026                                                   | нет                                |

В период каникул в общеобразовательных учреждениях занятия проводятся в соответствии с расписанием или по временному утвержденному расписанию, составленному на период каникул. Праздничные дни согласно постановлению Министерства труда РФ

### **3.3. Характеристика форм обучения по дополнительным образовательным программам.**

Основной формой проведения учебной работы в группах является тренировочное занятие, проводимое в соответствии с утвержденным расписанием под руководством тренера-преподавателя.

Также формами организации тренировочного процесса в Учреждении являются:

- участие в соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- тестирование и контроль.

### **3.4. Система условий реализации образовательной программы.**

Созданные МБУДО «Холмовская спортивная школа» условия соответствуют требованиям законодательства РФ, требованиям СанПин, обеспечивают достижение планируемых результатов реализации образовательной программы, учитывают особенности Учреждения, предоставляют возможность взаимодействия с социальными партнерами.

Обеспеченность физкультурными кадрами в Учреждении соответствует нормам.

Высшее профессиональное образование имеют 82% педагогического состава, среднее профессиональное – 18 %.

Первую квалификационную категорию имеют 55% педагогических работников, 18% педагогического состава прошли аттестацию на соответствие занимаемой должности, 27% педагогического состава имеют педагогический стаж работы до 2-х лет, соответственно не могут иметь квалификационной категории.

### **3.5. Механизм управления реализацией образовательной программы**

#### **3.5.1. Директор:**

- обеспечивает реализацию образовательной программы (работа с кадрами, связи в едином образовательном пространстве, рациональное использование материальных средств);
- организует контроль реализации образовательной программы.

#### **3.5.2. Методист:**

- организует разработку, утверждение и внедрение необходимой учебно-методической документации, обеспечивающей реализацию образовательной программы;
- осуществляет разработку, утверждение и внедрение локальных актов;
- сбор, анализ и обработка информации о состоянии и уровне образовательного процесса;
- организует мониторинг и осуществляет аналитическую деятельность по реализации программы;
- осуществляет контроль реализации образовательной программы.
- разрабатывает, рассматривает и утверждает программно-методическое обеспечение реализации образовательной программы (образовательные программы, методические разработки);
- изучение новейших разработок в области физической культуры и спорта;

#### **3.5.3. Педагогический совет:**

- обсуждает, принимает и вносит изменения в локальные акты, регламентирующие деятельность Учреждения по реализации образовательной программы;
- заслушивает отчеты руководителей о проделанной работе по реализации образовательной программы и принимает решения, направленные на совершенствование содержания образования;
- определяет содержание основных направлений образовательной программы, утверждает её;
- на основе анализа и выявленных проблем определяет задачи реализации образовательной программы на новый учебный год.

#### **3.5.4. Тренеры-преподаватели:**

- участвуют в разработке и реализации образовательных программ;

- составляют планы занятий, обеспечивают их выполнение, ведут установленную документацию и отчетность;
- осуществляют диагностику и мониторинг достижений обучающихся;
- планируют и организуют работу с родителями обучающихся.

### **3.6. Мониторинг оценки качества реализации образовательной программы.**

Назначение мониторинга - обеспечить всех участников образовательного процесса обратной связью, которая позволяет вносить последовательные изменения в ход реализации образовательной программы с целью повышения её результатов.

Мониторинг итогов реализации дополнительных общеразвивающих программ проводится в форме бесед с обучающимися, выполнения контрольных нормативов по ОФП и СФП, открытых тренировочных занятий.

Результаты освоения дополнительных предпрофессиональных программ оцениваются по итогам промежуточной и итоговой аттестации обучающихся. Испытания по теоретической подготовке проводят путем беседы и опроса учащихся. Испытания по ОФП и СФП проводят в виде соревнований.

Мониторинг профессиональной деятельности тренеров-преподавателей проводится по следующим показателям:

- освоение программы;
- сохранность контингента обучающихся;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся;
- проведение открытых занятий и воспитательных мероприятий;
- участие в семинарах, педагогических советах, педагогических конференциях;
- повышение квалификации;
- работа с родителями (удовлетворенность родителей услугами Учреждения).

Мониторинг профессиональной деятельности тренеров-преподавателей способствует стремлению педагогов к повышению профессионального мастерства, мотивирует к саморазвитию и творчеству.

Для проведения мониторинга удовлетворенности качеством оказания образовательных услуг проводится анкетирование родителей обучающихся, участников образовательного процесса.