



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №1

И.В. Ерошенко

2025 г.

**ПЛАН УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ
на 2026**

**Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Спортивная школа №1»
МБУ ДО СШ №1**

г. Таганрог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к плану реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки МБУ ДО СШ № 1 на 2026 год.

Основными задачами МБУ ДО СШ №1 являются:

1. создание оптимальных условий для занятий спортом;
2. формирование здорового образа жизни, профессионального самоопределения, развития физических и нравственных способностей, достижения уровня спортивных успехов сообразно способностям спортсменов по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

В МБУ ДО СШ №1 реализуются дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта:

олимпийские:

1. легкая атлетика;
2. теннис;
3. стрельба из лука;
4. тхэквондо;
5. конный спорт;
6. бокс;
7. дзюдо;

неолимпийские:

8. чир спорт;
9. кикбоксинг;
10. восточное боевое единоборство;
11. шахматы;
12. самбо;
13. всестилевое каратэ;

паралимпийский и специальный:

14. спорт ЛИН
15. спорт лиц с ПОДА

Этапы спортивной подготовки

1. Этап начальной подготовки (до года и выше года) ЭНП:

- * формирование у детей устойчивого интереса к занятиям спортом;
- * улучшение всесторонней физической подготовленности и укрепление здоровья начинающих спортсменов;
- * воспитание специальных физических качеств для успешного овладения техническими навыками, обучение основным техническим действиям;
- * формирование свойств личности и структуры мотивов, необходимых для достижения высоких результатов в выбранном виде спорта.

2. Тренировочный этап (начальной специализации) ТЭ(НС) :

- * улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие;
- * повышение уровня функциональной подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта;
- * овладение и совершенствование технико - тактических действий;
- * приобретение соревновательного опыта;
- * овладение инструкторско - судейской практикой;

3. Тренировочный этап (углубленной специализации) ТЭ(УС):

- * достижение спортивных результатов в выбранном виде спорта.
- * подготовка кандидатов в переменный и основной состав сборных команд города, субъекта и Российской Федерации.

4. Этап совершенствования спортивного мастерства ЭССМ:

- * достижение максимальных спортивных результатов в выбранном виде спорта.
- * подготовка кандидатов в переменный и основной состав сборных команд города, субъекта РФ и Российской Федерации.

Учебно-тренировочный процесс в учреждении длится в течение всего календарного года, учебно-тренировочный план спортивной подготовки является одним из компонентов программы, который позволяет решать в комплексе задачи подготовки спортсменов в соответствии с их возможностями и уровнем развития.

Учебно-тренировочный план спортивной подготовки МБУ ДО СШ №1 разработан на основании:
Закона Российской Федерации о физической культуре и спорте;

Постановления №18 от 11.01.2018г "Об оплате труда работников муниципальных бюджетных и автономных учреждений спортивной направленности, подведомственных Комитету по физической культуре и спорту г. Таганрога (в действующей редакции);
муниципального задания №2;
устава МБУ ДО СШ №1;
программ спортивной подготовки по видам спорта, разработанные тренерами и инструкторами методистами учреждения на базе типовых программ по видам спорта с учетом требований федеральных стандартов по видам спорта;
штатного расписания, тарификации;

Учебно-тренировочный план спортивной подготовки и логика его построения отражает основные цели и задачи, стоящие перед СШ и создает возможности для развития способностей каждого спортсмена с учетом его возрастных, психологических, физических особенностей, а также достижение высоких спортивных результатов и подготовки кандидатов в сборные команды города, области, России.

Учебно -тренировочный план спортивной подготовки определяет максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки спортсменов, распределяет тренировочное время по этапам и годам подготовки.

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН

на 2025 год

МБУ ДО СШ №1

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Ставки ч
теннис	НП 1	1	8	5	5	260	260	3,6	0,29	0,278
	НП 2,3,4	1	10	6	6	312	312	3,6	0,36	0,333
	всего	2	18	11	11	572	572	7,2	0,65	0,611
	ТЭ1	2	24	12	24	624	1248	6	1,44	1,333
	ТЭ2	2	24	12	24	624	1248	6	1,44	1,333
	ТЭ3				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ4				0	0	0	10	0,00	0
	ТЭ5				0	0	0	12	0,00	0
	ЭССМ				0	0	0	24	0,00	0
	всего	4	48	24	48	1248	2496		2,88	2,667
ИТОГО:		6	66	35	59	1820	3068		3,528	3,278

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок	Всего в процентах
стрельба из лука	НП 1	2	22	4	8	208	416	3,6	0,792	0,444
	НП 2,3,4	1	11	6	6	312	312	3,6	0,396	0,333
	всего	3	33	10	14	520	728	7,2	1,188	0,778
	ТЭ1	1	11	12	12	624	624	6	0,660	0,667
	ТЭ2				0			6	0	0,000
	ТЭ3				0			10	0	0,000
	ТЭ4				0			10	0	0,000
	ТЭ5				0			12	0	0,000
	ЭССМ				0			24	0	0,000
	всего	1	11	12	12	624	624	68	0,66	0,667
ИТОГО:		4	44	22	26	1144	1352	75,2	1,848	1,444

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок ч	Всего в процентах
легкая атлетика	НП 1				0	0	0	3,6	0,000	0,000
	НП 2,3,4	3	32	6	18	312	936	3,6	1,15	1,000
	всего	3	32	6	18	312	936		1,152	1,000
	ТЭ1				0	0	0	6	0,00	0,000
	ТЭ2				0	0	0	6	0,00	0,000
	ТЭ3							10	0,00	0,000
	ТЭ4							10	0,00	0,000
	ТЭ5							12	0,00	0,000
	ЭССМ							24	0,00	0,000
ИТОГО:		3	32	6	18	312	936		1,152	1,000

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Всего в ч
Всестилевое каратэ	НП 1	3	49	5	15	260	780	3,6	1,764	0,833
	НП 2,3,4	2	31	6	12	312	624	3,6	1,116	0,667
	всего	5	80	11	27	572	1404	7,2	2,880	1,500
	ТЭ1	2	25	10	20	520	1040	6	1,50	1,111
	ТЭ2	1	14	12	12	624	624	6	0,84	0,667
	ТЭ3				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ4	3	48	14	42	728	2184	10	4,80	2,333
	ТЭ5				0	0	0	12	0,00	0,000
	ЭССМ	1	5	20	20	1040	1040	24	1,20	1,111
ИТОГО:		12	172	67	121	3484	6292	75,2	11,220	6,722

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Всего в ч
конный спорт	НП 1	1	8	5	5	260	260	3,6	0,288	0,278
	НП 2,3,4	1	8	6	6	312	312	3,6	0,288	0,333
	всего	2	16	11	11	572	572	7,2	0,576	0,611
	ТЭ1	1	8	10	10	520	520	6	0,480	0,556
	ТЭ2				0	0	0	6	0,000	0,000
	ТЭ3	1	10	14	14	728	728	10	1,000	0,778
	ТЭ4	0	0	0	0	0	0	10	0,000	0,000
	ТЭ5				0	0	0	12	0,000	0,000
	ЭССМ	0	0	0	0	0	0	24	0,000	0,000
	всего	2	18	24	24	1248	1248	68	1,480	1,333
ИТОГО:		4	34	35	35	1820	1820		2,056	1,944

Вид спорта	группы	Количество групп	Количество учащихся в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Всего в ч
бокс	НП 1	4	40	5	20	260	1040	3,6	1,44	1,111
	НП 2,3,4	1	10	6	6	312	312	3,6	0,36	0,333
	всего	5	50	11	26	572	1352		1,8	1,444
	ТЭ1	3	28	10	30	520	1560	6	1,68	1,667
	ТЭ2	1	12	16	16	832	832	6	0,72	0,889
	ТЭ3				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ4				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ5	1	10	16	16	832	832	12	1,20	0,889
	ЭССМ				0	0	0	24	0,00	0,000
	всего	5	50	42	62	2184	3224		3,6	3,444
ИТОГО:		10	100	53	88	2756	4576		5,400	4,889

Отделение	группы	Количество групп	Количество учащихся в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок%	Всего в ч
шахматы	НП 1	3	32	5	15	260	780	3,6	1,15	0,833
	НП 2,3,4	3	32	6	18	312	936	3,6	1,15	1,000
	всего	6	64	11	33	572	1716		2,304	1,833
	ТЭ1	3	23	12	36	624	1872	6	1,38	2,000
	ТЭ2	2	14	12	24	624	1248	6	0,84	1,333
	ТЭ3	1	8	12	12	624	624	10	0,80	0,667
	ТЭ4				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ5				0	0	0	12	0,00	0,000
	ЭССМ				0	0	0	24	0,00	0,000
	всего	6	45	36	72	1872	3744		3,02	4,000
ИТОГО:		12	109	47	105	2444	5460		5,324	5,833

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Всего в ч
чир-спорт	НП 1	5	76	5	25	260	1300	3,6	2,74	1,389
	НП 2,3,4				0	0	0		0,00	0,000
	всего	5	76	5	25	260	1300		2,74	43,000
	ТЭ1	3	55	14	42	728	2184	6	3,30	2,333
	ТЭ2	2	30	14	28	728	1456	6	1,80	1,556
	ТЭ3	1	15	16	16	832	832	10	1,50	0,889
	ТЭ4				0	0	0		0,00	0,000
	ТЭ5				0	0	0		0,00	0,000
	ЭССМ	1	6	20	20	1040	4472	24	1,44	4,778
	всего	7	106	64	106	3328	8944		8,04	9,556
ИТОГО:		12	182	69	131	3588	10244		10,776	7,278

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок	Всего в процентах
Кикбоксинг	НП 1			5	0	260	0	3,6	0,00	0,000
	НП 2,3,4	5	60	6	30	468	2340	3,6	2,16	1,667
	всего	5	60	11	30	728	2340		2,160	1,667
	ТЭ1	1	13	12	12	624	624	6	0,78	0,667
	ТЭ2				0	0	0	6	0,00	0,000
	ТЭ3				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ4				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ5				0	0	0	12	0,00	0,000
	ЭССМ				0	0	0	24	0,00	0,000
	всего	1	13	12	12	624	624		0,78	0,667
ИТОГО:		6	73	23	42	1352	2964		2,940	2,333

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Норматив оплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Всего в ч
ВБЕ	НП 1	5	66	5	25	260	1300	3,6	2,376	1,389
	НП 2,3,4	8	100	6	48	312	2496	3,6	3,600	2,667
	всего	13	166	11	73	572	3796		5,976	4,056
	ТЭ1	2	20	10	20	520	1040	6	1,200	1,111
	ТЭ2	1	16	12	12	624	624	6	0,960	0,667
	ТЭ3				0	0	0	10	0,000	0,000
	ТЭ4	1	10	14	14	728	728	10	1,000	0,778
	ТЭ5				0	0	0		0,000	0,000
	ЭССМ	2	20	20	40	1872	2392	24	4,800	2,222
	всего	6	66	56	86	3744	4784		7,96	4,778
ИТОГО:		19	232	67	159	4316	8580		13,936	8,833

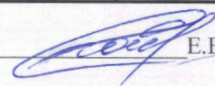
Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Нормативоплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Всего в ч
дзюдо	НП 1	1	10	5	5	260	260	3,6	0,36	0,278
	НП 2,3,4					0	0	3,6	0,00	0,000
	всего	1	10	5	5	260	260	7,2	0,36	0,278
	ТЭ1				0	0	0	6	0,00	0,000
	ТЭ2				0	0	0	6	0,00	0,000
	ТЭ3	2	26	10	20	520	1040	10	2,60	1,111
	ТЭ4				0	0	0	10	0,00	0,000
	ТЭ5	1	12	12	12	624	624	12	1,44	0,667
	ЭССМ	1	2	20	20	1040	1040	24	0,48	1,111
ИТОГО:		5	50	47	57	2444	2964		4,880	3,167

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Нормативоплаты в процентах за 1-го учащегося	Кол-во ставок %	Всего в ч
самбо	НП 1	6	84	6	36	312	1872	3,6	3,024	2,000
	НП 2,3,4	3	38	8	24	416	1248	3,6	1,368	1,333
	всего	9	122	14	60	728	3120		4,392	3,333
	ТЭ1				0	0	0	6	0,000	0,000
	ТЭ2	2	20	12	24	624	1248	6	1,200	1,333
	ТЭ3				0	0	0	10	0,000	0,000
	ТЭ4	1	8	16	16	832	832	10	0,800	0,889
	ТЭ5				0	0	0		0,000	0,000
	ЭССМ	3	22	18	54	936	2808	24	5,280	3,000
ИТОГО:		15	172	60	154	3120	8008	56	11,672	8,556

Отделение	группы	Количество групп	Количество в группах	Количество часов в неделю в одной группе	Всего часов в неделю	Количество часов в год в одной группе	Количество часов в год во всех группах	Нормативы в процентах за 1	Кол-во ставок%	Всего в ч
адаптивный спорт	НП 1 ЛИН	3	36	5	15	260	780	3,3	1,188	0,833
	НП 2 ЛИН	2	25	8	16	416	832	5,6	1,400	0,889
	ТЭ 1 ЛИН	1	18	9	9	468	468	8,5	1,530	0,500
	ТЭ 2 ЛИН				0	0	0	16,7	0,000	0,000
	ТЭ 3,4,5	2	11	14	28	728	1456	22,2	2,442	1,556
	всего	8	90	36	68	1872	3536		6,560	3,778
	НП1 ПОДА					0	0	3,3	0,00	0,000
	НП 2, 3,4 ПОДА				0	0	0	5,6	0,00	0,000
	ТЭ 1,2 ПОДА					0	0	16	0,00	0,000
	ТЭ3,4,5	1	3	14	14	728	728	33,3	1,00	0,778
					0	0	0		0,00	0,000
	Всего	1	3	14	14	728	728		1,00	0,778
ИТОГО:		9	93	50	82	2600	4264		7,831	4,556

ВСЕГО ПО МБУ ДО СШ №1:	групп	учащихся		часов в неделю	часов в год	по этапам	всего ч в год	кол-во ставок %	Ставок в ч
	117	1359		1077	56004	НП	ТЭ	82,563	59,722
						21164	25168		
							ССМ		
							9672		

заместитель директора по спортивной работе

 Е.Е. Голубенко