СОГЛАСОВАНО:
Директор МКУ «Управление образованием»
_____ Е.В. Емельченко
«___»_____2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО
«ЦРФКС»
_____А.В. Головкин

приказ от 31.08.2026 г. № 183/2

Учебный план

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Сузунского муниципального округа Новосибирской области «Центр развития физической культуры и спорта»

на 2026-2027 учебный год

р.п. Сузун, 2026 г.

Особенности формирования

Настоящий учебный план является основным документом МБУ ДО «ЦРФКС», составлен в соответствии с:

- Конституцией Российской Федерации;
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ;
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 июня 2026 г. № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Уставом МБУ ДО «ЦРФКС» и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, Новосибирской области и муниципальными правовыми актами Сузунского муниципального округа, регулирующими деятельность в сфере дополнительного образования;

Учебные занятия на отделениях по видам спорта проводятся в соответствии с **дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами в области физической культуры и спорта** и настоящим учебным планом, рассчитанным на 46 учебных недель:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по баскетболу – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2 года обучения, срок реализации 7 лет (тренер-преподаватель Толстов В.А.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по баскетболу – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренеры-преподаватели Гусарин В.Н., Горте О.Е.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по футболу – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренеры-преподаватели Симачёв А.Е., Кутузов К.Е.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по боксу – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренеры-преподаватели Воробьёв А.Н., Новиков Н.Н.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая

программа в области физической культуры и спорта по рукопашному бою – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренер-преподаватель Гребёнкин А.М.);

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по лыжным гонкам – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренеры-преподаватели Бакуров Д.Н., Келлер Е.В., Ситников А.А.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по лыжным гонкам с элементами биатлона – углубленного уровня 1, 2, 3, 4 и 5 года обучения, срок реализации 5 лет (тренеры-преподаватели Бакуров Д.Н., Ситников А.А.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по лыжным гонкам – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренеры-преподаватели Корчак А.В., Попова М.А.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по хоккею с шайбой – стартового уровня 1, 2 года обучения, базового уровня 1, 2 года обучения, срок реализации 4 года (тренеры-преподаватели Тезин Д.А., Минин В.И.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «ОФП с элементами легкой атлетики» – стартового уровня 1 года обучения, срок реализации 1 год (тренер-преподаватель Слободчик О.В.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по лёгкой атлетике – стартового уровня 1 и 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренер-преподаватель Лисунова М.Н.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по волейболу – стартового уровня 1 и 2 года обучения, базового уровня 1, 2 года обучения, срок реализации 4 года (тренер-преподаватель Спирин А.А.);
- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по самбо – стартового уровня 1 и 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренер-преподаватель Омельченко С.С.);
- адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по лыжным гонкам «Путь к здоровью» – стартового уровня 1 и 2 года обучения, срок реализации 2 года (тренер-преподаватель Попова М.А.);
- адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по

плаванию «Я буду плавать» – стартового уровня 1 и 2 года обучения, срок реализации 2 года (тренер-преподаватель Фоот Ю.Ф.);

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по плаванию – стартового уровня 1 и 2 года обучения, базового уровня 1, 2, 3 года обучения, углубленного уровня 1, 2, 3 года обучения, срок реализации 8 лет (тренер-преподаватель Бурцев Я.А.).

Учебный год в МБУ ДО «ЦРФКС» начинается с 01 сентября.

Занятия начинаются не ранее 08:00 ч. и заканчиваются не позднее 20:00 ч. для обучающихся в возрасте до 16 лет; для обучающихся в возрасте от 16 до 18 лет допускается окончание занятий не позднее 21:00 ч. Время проведения занятий устанавливается расписанием с учётом возраста обучающихся и санитарно-эпидемиологических требований.

Деятельность учреждения осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.

Продолжительность учебных занятий устанавливается образовательными программами, расписанием и локальными нормативными актами МБУ ДО «ЦРФКС» с учётом санитарно-эпидемиологических требований и не превышает:

- на стартовом уровне обучения — 2 академических часов;
- на базовом уровне обучения — 3 академических часов;
- на углублённом уровне обучения — 3–3,5 академических часов в соответствии с образовательной программой.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах. Конкретная продолжительность занятия и перерывов между занятиями устанавливается с учётом санитарно-эпидемиологических требований:

- в группах для детей 5–6 лет — в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, образовательной программой и санитарно-эпидемиологическими требованиями (30 минут);
- для обучающихся 6–18 лет, в том числе детей-инвалидов и детей с ОВЗ, — с учётом их особых образовательных потребностей, состояния здоровья, образовательной программы и санитарно-эпидемиологических требований (40 минут).

Основными формами работы МБУ ДО «ЦРФКС» являются:

- учебно-тренировочные занятия (групповые);
- спортивно-оздоровительные занятия;
- учебно-тренировочные занятия на учебно-тренировочных сборах;
- участие в спортивных соревнованиях;
- теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия.

Особенности учебного плана

Дополнительное образование обеспечивает освоение обучающимися общеобразовательных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта, условия становления и формирования личности

обучающегося, его склонностей, интересов и способности к социальному самоопределению.

Учебный план на 2026-2027 учебный год складывается из преемственно связанных между собой этапов обучения:

- стартового уровня (**СУ**) – от 1 до 2 лет;
- базового уровня (**БУ**) - 3 года;
- углублённого уровня **(УУ)** – 2-3 года.

Учебный план каждого уровня и года обучения определяет:

- объём учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка);
- содержание форм промежуточной аттестации: выполнение приемных, контрольных и переводных тестов.

Таким образом, учебный план реализует целый комплекс мероприятий, связанных с физкультурно-оздоровительной и воспитательной работой среди обучающихся, направленный на укрепление их здоровья и всестороннее физическое развитие.

В результате изучения разнообразных разделов программ каждый обучающийся МБУ ДО «ЦРФКС» сможет соотнести свои интересы и способности с предстоящей работой по избираемому профилю.

Учебный план Учреждения определяет недельную учебную нагрузку на основе дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ с учётом возрастных и физиологических возможностей обучающихся, а также их занятости. Продолжительность занятий определяется соответствующими дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами и настоящим учебным планом (Таблица № 1).

Таблица № 1

Количество учебных часов в неделю в группах по году обучения

Наименование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	**Уровень подготовки**							
	Стартовый		**Базовый**			**Углубленный**		
	Год обучения/кол-во часов в неделю							
	1	*2*	*1*	*2*	*3*	*1*	*2*	*3*
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	6	6	6	6-9	6-9	9-12	9-12	9-12

Особенности формирования групп и определение объема

недельной учебной (тренировочной) нагрузки занимающихся с учетом уровней (периодов) обучения (в академических часах)

Таблица № 2

Отделение **баскетбол**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
По программе Толстова В.А.					
Стартовый уровень	1 г.о.	13	15	17	6
	2 г.о.	13	15	17	8
Базовый уровень	1 г.о.	13	15	17	8
	2 г.о.	10	12	14	8
	3 г.о.	10	12	14	8
Углубленный уровень	1 г.о.	10	12	14	10
	2 г.о.	8	10	12	10
По программе Гусарина В.Н., Горте О.Е.					
Стартовый уровень	1 г.о.	13	15	17	6
	2 г.о.	13	15	17	6
Базовый уровень	1 г.о.	13	15	17	6
	2 г.о.	10	12	14	9
	3 г.о.	10	12	14	9
Углубленный уровень	1 г.о.	10	12	14	9
	2 г.о.	8	10	12	12
	3 г.о.	8	10	12	12

Таблица № 3

Отделение **футбол**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
Стартовый уровень	1 г.о.	12	14	16	6
	2 г.о.	12	14	16	6
Базовый уровень	1 г.о.	12	14	15	6
	2 г.о.	10	12	14	9
	3 г.о.	10	12	14	9
Углубленный уровень	1 г.о.	10	12	14	12
	2 г.о.	8	10	12	12
	3 г.о.	8	10	12	12

Таблица № 4

Отделение **бокс**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
Стартовый уровень	1 г.о.	8	10	12	6
	2 г.о.	8	10	12	6
Базовый уровень	1 г.о.	8	10	12	6
	2 г.о.	6	8	10	9
	3 г.о.	6	8	10	9
Углубленный уровень	1 г.о.	6	8	10	12
	2 г.о.	5	7	10	12
	3 г.о.	5	7	10	12

Таблица № 5

Отделение **рукопашный бой**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
Стартовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	10	12	15	6
Базовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	8	10	12	9
	3 г.о.	8	10	12	9
Углубленный уровень	1 г.о.	8	10	12	9
	2 г.о.	6	8	12	9
	3 г.о.	6	8	12	12

Таблица № 6

Отделение **лыжные гонки**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
По программе Бакурова Д.Н., Келлера Е.В., Ситникова А.А.					
Стартовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	10	12	15	6
Базовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	8	10	12	9
	3 г.о.	8	10	12	9
Углубленный уровень	1 г.о.	8	10	12	12
	2 г.о.	6	8	12	12
	3 г.о.	6	8	12	12
По программе Бакурова Д.Н., Ситникова А.А. (лыжные гонки с элементами биатлона)					
Углубленный уровень	1 г.о.	8	10	12	18
	2 г.о.	6	9	12	18
	3 г.о.	6	9	12	18
	4 г.о.	6	9	12	18
	5 г.о.	6	9	12	18
По программе Корчака А.В., Поповой М.А.					
Стартовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	10	12	15	6
Базовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	8	10	12	9
	3 г.о.	8	10	12	9
Углубленный уровень	1 г.о.	8	10	12	12
	2 г.о.	6	8	12	12
	3 г.о.	6	8	12	12
По адаптированной программе Поповой М.А. «Путь к здоровью»					
Стартовый уровень	1 г.о.	Индивидуальная			3
	2 г.о.				3

Таблица № 7

Отделение **хоккей с шайбой**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
Стартовый уровень	1 г.о.	12	14	16	6
	2 г.о.	12	14	16	6
Базовый уровень	1 г.о.	10	12	14	8
	2 г.о.	10	12	14	8

Таблица № 8

Отделение **лёгкая атлетика**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
По программе Слободчик О.В. «ОФП с элементами лёгкой атлетики»					
Стартовый уровень	1 г.о.	10	12-15	20	6
По программе Лисуновой М.Н. по лёгкой атлетике					
Стартовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	10	12	15	6
Базовый уровень	1 г.о.	10	12	15	6
	2 г.о.	8	10	12	9
	3 г.о.	8	10	12	9
Углубленный уровень	1 г.о.	8	10	12	12
	2 г.о.	6	8	12	12
	3 г.о.	6	8	12	12

Таблица № 9

Отделение **волейбол**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
Стартовый уровень	1 г.о.	12	14	16	6
	2 г.о.	12	14	16	6
Базовый уровень	1 г.о.	10	12	14	8
	2 г.о.	10	12	14	8

Таблица № 10

Отделение **самбо**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
Стартовый уровень	1 г.о.	8	10	15	6
	2 г.о.	8	10	15	6
Базовый уровень	1 г.о.	8	10	14	6
	2 г.о.	6	8	12	9
	3 г.о.	6	8	10	9
Углубленный уровень	1 г.о.	6	8	10	12
	2 г.о.	5	7	8	12
	3 г.о.	5	7	8	12

Таблица № 11

Отделение **плавание**

Уровень обучения	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем учебной (тренировочной) нагрузки в неделю в академических часах
По адаптированной программе Фоота Ю.Ф. «Я буду плавать»					
Стартовый уровень	1 г.о.	до 7 детей в группе			3
	2 г.о.				3
По программе Бурцева Я.А. по плаванию					
Стартовый уровень	1 г.о.	10	12-15	15	6
	2 г.о.	10	12-15	15	6
Базовый уровень	1 г.о.	8	10-12	15	6
	2 г.о.	8	10-12	12	9
	3 г.о.	8	10-12	12	9
Углубленный уровень	1 г.о.	6	8-10	10	12
	2 г.о.	6	8-10	10	12
	3 г.о.	6	8-10	10	12

Таблица № 12

Учебный план
на 2026-2027 учебный год
на 46 учебных недель

Уровень обучения / этап (период)	Кол-во групп (обучающихся)	Количество часов в неделю (группа)	Количество часов в неделю всего	Количество часов за год (группа)	Количество часов за год всего
Стартовый уровень	**22**		**123**		**5658**
1-го года обучения	3	3	9	138	414
1-го года обучения	12	6	72	276	3312
2-го года обучения	7	6	42	276	1932
Базовый уровень	**22**		**167**		**7682**
1-го года обучения	9	6	54	276	2484
2-го года обучения	1	6	6	276	276
2-го года обучения	1	8	8	368	368
2-го года обучения	4	9	36	414	1656
3-го года обучения	7	9	63	414	2898
Углубленный уровень	**8**		**105**		**4830**
1-го года обучения	1	9	9	414	414
1-го года обучения	2	12	24	552	1104
2-го года обучения	-	-	-	-	-
3-го года обучения	3	12	36	552	1656
4-го года обучения (ЦОД)	2	18	36	828	1656
Индивидуальный учебный план		3	3	138	138
		3	3	138	138
		3	3	138	138
Всего по ИУП	**3**	**3**	**9**		**414**
ВСЕГО ПО УЧРЕЖДЕНИЮ	**52 группы**		**404**		**18611**

Учебный план предусматривает возможность реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта (Таблица № 13).

Учебный план
МБУ ДО "ЦРФКС"
на 2026-2027 учебный год

№ п/п	Отделение	Ф.И.О. тренера-преподавателя	Стартовый				Базовый						Углубленный								Всего	
			1 год обучения		2 год обучения		1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		4 год обучения*			
			Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во групп	Кол-во часов
1	**Баскетбол**	Горте О.Е.			1	6			1	6											2	12
		Гусарин В.Н.			1	6			2	18											3	24
		Толстов В.А.	2	12					1	8											3	20
																				Итого	**8**	**56**
2	**Бокс**	Воробьев А.Н.					1	6									2	24			3	30
		Новиков Н.Н.					2	12			1	9									3	21
																				Итого	**6**	**51**
3	**Волейбол**	Спирин А.А.			1	6															1	6
																				Итого	**1**	**6**
4	**Лыжные гонки**	Бакуров Д.Н.	1	3					1	9									1	18	3	30
		Келлер Е.В.											1	12			1	12			2	24
		Корчак А.В.	1	6	1	6					1	9									3	21
		Попова М.А.					1	6			1	9									2	15
		Ситников А.А.	1	3									1	12					1	18	3	33
																				Итого	**13**	**123**
5	**Лёгкая атлетика**	Лисунова М.Н.			1	6															**1**	**6**
		Слободчик О.В.	3	18																	3	18
																				Итого	**4**	**24**
6	**Плавание**	Фоот Ю.Ф.	1	3																	1	3
		Бурцев Я.А.	3	18																	3	18
																				Итого	**4**	**21**
7	**Рукопашный бой**	Гребёнкин А.М.	1	6							1	9	1	9							3	24
																				Итого	**3**	**24**
8	**Самбо**	Омельченко С.С.			1	6															1	**6**
																				Итого	**1**	**6**
9	**Футбол**	Кутузов К.Е.									2	18									2	18
		Симачёв А.Е.	1	6	1	6			1	9	1	9									4	30
																				Итого	**6**	**48**
10	**Хоккей с шайбой**	Минин В.И.	1	6	1	6	1	6													3	18
		Тезин Д.А.					3	18													3	18
																				Итого	**6**	**36**
11	**ИУП**	Попова М.А.		**9**																	0	9
																				Итого	**0**	**9**
		Всего:	**15**	**90**	**8**	**48**	**8**	**48**	**6**	**50**	**7**	**63**	**3**	**33**	**0**	**0**	**3**	**36**	**2**	**36**	**52**	**404**