


Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа «Химки»

Принято на методическом совете МАУ ДО «СШ «Химки» Протокол № <u>6</u> От « <u>19</u> » <u>июля</u> 20 <u>23</u> г.	<p style="text-align: right;">«Утверждаю» Директор МАУ ДО «СШ «Химки» Е.В. Кищенко</p> 
---	---

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Химки»  
по реализации дополнительной  
общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта по плаванию «Учусь плавать»  
на 2023-2024 учебный год

## Пояснительная записка

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Учусь плавать», далее Программа разработан на основе учета интересов обучающихся и профессионального потенциала тренерско - преподавательского коллектива. Учебный план Программы - нормативный документ, определяющий объем, порядок, содержание изучения и преподавания Программы. Настоящий учебный план является составной частью общеразвивающей Программы.

### Общая характеристика учебного плана.

Учебный план общеразвивающей Программы направлен на обеспечение доступности, эффективности и качества дополнительного образования, создание максимально благоприятных условий для раскрытия природных способностей ребенка, индивидуализации обучения, развития творческого потенциала личности обучающегося. Учебный план ориентирован и составлен с учетом социального заказа детей и их родителей (законных представителей) на образовательные услуги, а также с учетом кадрового, программно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

«Спортивная школа «Химки» в 2023-2024 учебном году реализует общеразвивающую программу дополнительного образования «Учусь плавать».

Общеразвивающая программа позволяет:

- расширить виды деятельности дополнительного образования для наиболее полного удовлетворения интересов и потребностей обучающихся.

- обеспечить качественные программно-методические, материально-технические, кадровые условия для эффективной работы дополнительного образования условия

- формировать в дополнительном образовании микросреду, способствующую качественному, эффективному воспитанию обучающихся.

формировать резерва для зачисления занимающихся в группы, для прохождения обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовке по виду спорта.

Учебный план устанавливает перечень и объем учебно – тренировочного времени, отводимого на изучение данной Программы.

### Учебно – тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов		
		1 ч/нед	2 час/нед	3 час/нед
1	Теоретическая подготовка Техника безопасности	1	1	1
2	ОФП	14	30	47
3	Основы плавания	18	38	57
5	Промежуточная аттестация, Соревновательная деятельность	3	3	3
	Итого:	36	72	108

**Годовой учебный план для дополнительной общеразвивающей программы «Учусь плавать»**

Содержание	Кол-во час	Кол-во занятий в нед	Месяцы								
			IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V
Теоретическая подготовка Техника безопасности	1	1	1								
	1	2	1								
	1	3	1								
ОФП	14	1	90	90	100	90	90	90	90	100	100
	30	2	200	200	200	200	200	200	200	200	200
	47	3	315	315	315	315	315	315	300	315	315
Основы плавания	18	1	120	120	120	120	120	120	120	120	120
	38	2	250	250	250	260	250	250	255	255	260
	57	3	380	380	380	380	380	380	380	380	380
Промежуточная аттестация, Соревновательная деятельность	3	1			30	60		30		60	
	3	2			30	60		30		60	
	3	3			30	60		30		60	

**Спортивные мероприятия для воспитанников**

Фестиваль детского плавания «Жемчужинка»	декабрь 2023г
Детские соревнования по плаванию «Умею плавать»	апрель 2024г.
Открытые уроки	В течение учебного года (по согласованию с администрацией бассейна)

**Информация о кадровом обеспечении участвующих в реализации общеразвивающей программы «Учусь плавать»**

№ п/п	Наименование программы	ФИО тренера-преподавателя	Образование	Категория	Место проведения	Нагрузка
1	Дополнительная общеобразовательная программа «Учусь плавать»	Михайлова А.Ю.	Высшее	I категория	СК «Родина» б.бассейн б.бассейн м.бассейн	<u>7 час/нед</u> - 3 час. (пн,ср,четв) - 2 час. (вт,пятн) - 2 час. (вт,пятн)
2	Дополнительная общеобразовательная программа «Учусь плавать»	Потапенко И.Н.	Высшее	I категория	СК «Родина» б.бассейн б.бассейн б.бассейн	<u>8 час/нед</u> - 3 час. (пн,ср,пятн) - 3 час. (пн,четв,пятн) - 2 час. (вт,четв)
3	Дополнительная общеобразовательная	Саломакина В.А.	Высшее	I категория	СК «Родина»	<u>9 час/нед</u>

	программа «Учусь плавать»				б.бассейн б.бассейн м.бассейн м.бассейн	- 3 час. (пн,ср,четв) - 2 час. (пн,четв) - 2 час. (вт,пятн) - 2 час. (вт,пятн)
4	Дополнительная общеобразовательная программа «Учусь плавать»	Сущенко А.П.	Высшее	б/к	СК «Родина» б.бассейн б.бассейн м.бассейн м.бассейн	<u>10 час/нед</u> - 3 час. (пн,четв,пятн) - 2 час. (вт,пт) - 3 час. (пн.ср,пятн) - 2 час. (пн.ср)