



Утверждаю:
директор МБУ ДО ПМО СО
«Пышминская СШ»
А.А. Аминев
«31» сентября 2026г.

**Учебный план
МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ»
на 2026-2027 учебный год**

1. Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности.

1.1. Баскетбол (тренер-преподаватель Шнюкова Л.А.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 8 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 8 - 15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий: по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю).

Объем и срок освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по май включительно (39 недель) в объеме 234 часа.

Срок освоения общеразвивающей программы – 1 год.

Особенности организации образовательного процесса – модель реализации программы традиционная, представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение 1 года.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	31.05.2027	39	117	234	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
Каникулы: с 01 июня по 31 августа 2027						

1.2. Волейбол (тренер-преподаватель Каргина И.А.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 10 - 20 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.4.1251-03 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор учащихся на второй и третий года обучения при наличии свободных мест.

Режим занятий:

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендованное время занятий: по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель).

Программа «Волейбол» рассчитана на:

Стартовый уровень – с 1 до 3 лет - 828 часов – по 276 часов в каждый год обучения.

Базовый уровень – с 4 до 8 лет - 1380 часов – по 276 часов в каждый год обучения.

Продвинутый – с 9 до 10 лет - 552 часа – по 276 часов в каждый год обучения.

Общее количество часов – 2760.

Особенности организации образовательного процесса – разноуровневая: стартовый, базовый, продвинутый.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
4 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
8 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
9 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
Каникулы: с 20 июля по 31 августа 2027						

1.1. Волейбол (тренер-преподаватель Пулатова Н.А.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 10 - 20 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.4.1251-03 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор учащихся на второй и третий года обучения при наличии свободных мест.

Режим занятий:

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендованное время занятий: по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель).

Программа «Волейбол» рассчитана на:

Стартовый уровень – с 1 до 3 лет - 828 часов – по 276 часов в каждый год обучения.

Базовый уровень – с 4 до 8 лет - 1380 часов – по 276 часов в каждый год обучения.

Продвинутый – с 9 до 10 лет - 552 часа – по 276 часов в каждый год обучения.

Общее количество часов – 2760.

Особенности организации образовательного процесса – разноуровневая: стартовый, базовый, продвинутый.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
4 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
6 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
Каникулы: с 20 июля по 31 августа 2027						

1.2. Волейбол (тренер-преподаватель Дунаева С.А.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 10 - 15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.4.1251-03 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста.

Режим занятий:

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий: по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю).

Объем освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по май месяц включительно (39 недель) в объеме 234 часа. Программа рассчитана на 1 год.

Срок освоения общеразвивающей программы – 1 год.

Особенности организации образовательного процесса – модель реализации программы традиционная, представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение 1 года.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	31.05.2027	39	117	234	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
Каникулы: с 01 июня по 31 августа 2027						

1.3. Дзюдо (тренер-преподаватель Сенцов И.Ю.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 5 до 6 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 8-12 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и

нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий по 2 академических часа, с 10 минутным перерывом.

Объем общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по май включительно (39 недель) в объеме 234 часа. Программа рассчитана на 1 год.

Срок освоения общеразвивающей программы – 1 год.

Особенности организации образовательного процесса – форма реализации программы: традиционная.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	31.05.2027	39	117	234	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
Каникулы: с 01 июня по 31 августа 2027						

1.4. Лыжные гонки (тренер-преподаватель Меньшенина О.М.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 11 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 8 - 15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.4.1251-03 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста.

Режим занятий:

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий: по 2 часа 2 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 4 часа в неделю).

Объем освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по май месяц включительно (39 недель) в объеме 234 часа. Программа рассчитана на 1 год.

Срок освоения общеразвивающей программы – 1 год.

Особенности организации образовательного процесса – модель реализации программы традиционная, представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение 1 года.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	31.05.2027	39	117	234	по 2 часа 3 раза в неделю

						(итого 6 часов в неделю)
Каникулы: с 01 июня по 31 августа 2027						

1.5. Лыжные гонки (тренер-преподаватель Ананичев И.В.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет от 8 до 12 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.4.1251-03 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в начале учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор учащихся на второй и третий года обучения при наличии свободных мест.

Режим занятий:

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам.

Объем и срок освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель).

Программа «Лыжные гонки» рассчитана на:

Стартовый уровень - 3 года - 828 часов.

Базовый уровень – 5 лет - 2208 часов.

Продвинутый – 2 года - 920 часов.

Общее количество часов – 3956.

Особенности организации образовательного процесса – разноуровневая: стартовый, базовый, продвинутый.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
3 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	368	По 2 часа 4 раза в неделю (итого 8 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

1.6. Лыжные гонки (тренер-преподаватель Латыпов С.Р)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет от 8 до 12 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.4.1251-03 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в начале учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор учащихся на второй и третий года обучения при наличии свободных мест.

Режим занятий:

Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам.

Объем и срок освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель).

Программа «Лыжные гонки» рассчитана на:

Стартовый уровень - 3 года - 828 часов.

Базовый уровень – 5 лет - 2208 часов.

Продвинутый – 2 года - 920 часов.

Общее количество часов – 3956.

Особенности организации образовательного процесса – разноуровневая: стартовый, базовый, продвинутый.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
4 год	01.09.2026	19.07.2027	46	184	368	По 2 часа 4 раза в неделю (итого 8 часов в неделю)
6 год	01.09.2026	19.07.2027	46	230	460	По 2 часа 5 раз в неделю (итого 10 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

1.7. Триатлон (тренер-преподаватель Аныгин Н.С.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 11 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 8 - 15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий - учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий для модулей 1-2 года обучения: по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю); для модуля 3-4 года обучения – 2 часа 4 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 8 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы - занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель). Программа «триатлон» рассчитана на 4 года 1288 часов – по 276 часов в первый и второй год обучения; 368 часов – третий и четвертый год обучения.

Срок освоения общеразвивающей программы – 4 года.

Особенности организации образовательного процесса – форма реализации программы: традиционная

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
--------------	----------------------	-------------------------	---------------------------	-------------------------	--------------------------	---------------

3 год	01.09.2026	19.07.2027	46 недель	138	368	по 2 часа 4 раза в неделю (итого 8 часов в неделю)
Каникулы: с 20 июля по 31 августа 2027						

1.8.Триатлон (тренер-преподаватель Ахмерова Ю.С.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 11 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 8 - 15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий - учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий для модулей 1-2 года обучения: по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю); для модуля 3-4 года обучения – 2 часа 4 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 8 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы - занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель). Программа «триатлон» рассчитана на 4 года 1288 часов – по 276 часов в первый и второй год обучения; 368 часов – третий и четвертый год обучения.

Срок освоения общеразвивающей программы – 4 года.

Особенности организации образовательного процесса – форма реализации программы: традиционная

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
3 год	01.09.2026	19.07.2027	46 недель	138	368	по 2 часа 4 раза в неделю (итого 8 часов в неделю)
Каникулы: с 20 июля по 31 августа 2027						

1.9.Тхэквондо (тренер-преподаватель Аминев А.А.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 7 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 8 - 12 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий: стартовый уровень по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (6 часов в неделю), базовый уровень по 2 часа 5 раз в неделю с 10 минутным перерывом (10 часов в неделю).

Объем и срок освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель).

Срок освоения общеразвивающей программы:

Программа «Тхэквондо» рассчитана на:

Стартовый уровень – с 1 – по 4 год - 1104 часов – по 276 часов в каждый год обучения.

Базовый уровень – с 5 по 8 год - 1840 часов – по 460 часов в каждый год обучения.

Общее количество часов – 2944

Уровень общеразвивающей программы – программа разбита на два уровня сложности: «Стартовый», «Базовый».

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	По 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

1.10. Футбол (тренер-преподаватель Шеянова Т.Д.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 8 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 10 - 15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий для модулей 1-5 года обучения: по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю) и для модулей 6 -10 года обучения: по 2 часа 4 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 8 часов в неделю)

Объем и срок освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель).

Программа «футбол» рассчитана на:

Стартовый уровень - 3 года - 828 часов – по 276 часов в каждый год обучения.

Базовый уровень – 4-5 год -552 часа – по 276 часов в каждый год обучения.

Базовый уровень – 6-8 год – 1104 часов – по 368 часов в каждый год обучения.

Продвинутый уровень – 2 года – 736 часов - по 368 часов в каждый год обучения

Уровень общеразвивающей программы – программа разбита на три уровня сложности: «Стартовый», «Базовый», «Продвинутый».

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
6 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю

						(итого 6 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

1.11. Хоккей (тренер-преподаватель Русаков А.М.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 5 до 8 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 10-20 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель). Программа «хоккей» рассчитана на 3 года 828 часов – по 276 часов в год.

Срок освоения общеразвивающей программы – 3 года.

Особенности организации образовательного процесса – форма реализации программы: традиционная

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	по 2 часа 3 раза в неделю (итого 6 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 8 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 5-15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий для модулей 1-4 года обучения: по 2 часа 4 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 8 часов в неделю), для модулей 5-10 года обучения: по 2 часа 5 раз в неделю с 10 минутным перерывом (итого 10 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель). Программа «хоккей» рассчитана на 10 лет 4242 часов – по 368 часов (модули 1-4 года обучения), по 460 часов (модули 5-10 года обучения).

Срок освоения общеразвивающей программы – 10 лет.

Особенности организации образовательного процесса – разноуровневая: базовый, продвинутый.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
6 год	01.09.2026	19.07.2027	46	230	460	по 2 часа 5 раз в неделю (итого 10 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

1.12. Хоккей (тренер-преподаватель Труфанов Т.П.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 5 до 8 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 10-20 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 6 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель). Программа «хоккей» рассчитана на 3 года 828 часов – по 276 часов в год.

Срок освоения общеразвивающей программы – 3 года.

Особенности организации образовательного процесса – форма реализации программы: традиционная

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
3 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	368	по 4 часа 3 раза в неделю (итого 8 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 8 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 5-15 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий для модулей 1-4 года обучения:

по 2 часа 4 раза в неделю с 10 минутным перерывом (итого 8 часов в неделю), для модулей 5-10 года обучения: по 2 часа 5 раз в неделю с 10 минутным перерывом (итого 10 часов в неделю).

Объем общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель). Программа «хоккей» рассчитана на 10 лет 4242 часов – по 368 часов (модули 1-4 года обучения), по 460 часов (модули 5-10 года обучения).

Срок освоения общеразвивающей программы – 10 лет.

Особенности организации образовательного процесса – разноуровневая: базовый, продвинутый.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
9 год	01.09.2026	19.07.2027	46	230	460	по 2 часа 5 раз в неделю (итого 10 часов в неделю)
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

1.13. Шахматы (тренер-преподаватель Паластрова А.В.)

Программа одинаково рассчитана и подходит, как для мальчиков, так и для девочек в возрасте от 6 до 17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Наполняемость групп составляет 8 - 10 человек, что соответствует требованиям санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиНа 2.4.3648-20 и условиям МБУ ДО ПМО СО «Пышминская СШ». Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года. Специального отбора в группы не производится. В одной группе могут заниматься учащиеся разного возраста. Возможен дополнительный набор при наличии свободных мест.

Режим занятий: Учебная нагрузка рассчитывается в академических часах. Один академический час равен 45 минутам. Рекомендуемое время занятий по 2 часа 3 раза в неделю с 10 минутным перерывом (6 часов в неделю).

Объем и срок освоения общеразвивающей программы: Занятия проводятся с сентября по июль месяц включительно (46 недель).

Срок освоения общеразвивающей программы:

Программа «Шахматы» рассчитана:

Стартовый уровень – с 1 по 3 год - по 276 часов в каждый год обучения.

Общее количество часов – 828.

Особенности организации образовательного процесса – уровень сложности - стартовый, являющейся подготовкой для базового уровня.

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	По 2 часа 3 раза в неделю

2 год	01.09.2026	19.07.2027	46	138	276	По 2 часа 3 раза в неделю
Каникулы: 20 июля - 31 августа 2027						

2. Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитана на 52 недели обучения в год и представляет собой непрерывный учебно-тренировочный процесс.

Учебно-тренировочная нагрузка к объему учебно-тренировочного процесса рассчитывается для каждого учебно-тренировочного занятия на основании ее интенсивности, длительности и для каждого этапа спортивной подготовки имеет свой часовой недельный (годовой) объем.

В объем учебно-тренировочной нагрузки входит время всех видов спортивной подготовки и иных мероприятий, относящихся к спортивной подготовке (теоретических, практических, медицинских, восстановительных мероприятий, инструкторской и судейской практики).

2.1. Гиревой спорт (тренер-преподаватель Шеянова Т.Д. – НПЗ, УТ4)

№ п/п	Виды спортивной подготовки	Этапы и годы подготовки	
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
		3 год	4 год
		Недельная нагрузка в часах	
		8	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		2	3
		Минимальная наполняемость групп (человек)	
		10	8
1.	Общая физическая подготовка	228	276
2.	Специальная физическая подготовка	68	150
3.	Участие в спортивных соревнованиях	4	60
4.	Техническая подготовка	98	146
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	8	14
6.	Инструкторская и судейская практика	-	60
7.	Медицинские, мед-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	12	22
Общее количество часов в год		416	728

2.2. Лыжные гонки (тренер-преподаватель Ананичев И.В. – УТ3)

№	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
		3 года
		Недельная нагрузка в часах
		16
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах
		3
		Наполняемость групп (человек)
		10
1.	Общая физическая подготовка	294
2.	Специальная физическая подготовка	266
3.	Участие в спортивных соревнованиях	84
4.	Техническая подготовка	100
5.	Тактическая подготовка	18
6.	Теоретическая подготовка	14
7.	Психологическая подготовка	8
8.	Инструкторская и судейская практика	24
9.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	24
	Общее количество часов в год	832

2.3. Триатлон (тренер-преподаватель Аныгин Н.С – УТ5, Ахмерова Ю.С. – УТ1)

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки	
		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
		Свыше года	Свыше трех лет
		1-й	5-й
		Недельная нагрузка в часах	
		10	18
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		3	3
		Наполняемость групп (человек)	
		10	10
1.	Общая физическая подготовка	104	102
2.	Специальная физическая подготовка	258	502
3.	Участие в спортивных соревнованиях	18	52
4.	Техническая подготовка	98	192
5.	Тактическая подготовка	10	20
6.	Теоретическая подготовка	6	14
7.	Психологическая подготовка	4	12
8.	Инструкторская и судейская практика	8	14
9.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	4	4

10.	Восстановительные мероприятия	6	16
11.	Тестирование и контроль	6	8
Общее количество часов в год		520	936

2.4. Тхэквондо (тренер-преподаватель Аминев А.А – УТЗ, НП1)

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки	
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
		До года	Свыше трех лет
		1-й	3-й
		Недельная нагрузка в часах	
		6	16
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		2	3
		Наполняемость групп (человек)	
		12	8
1.	Общая физическая подготовка	108	172
2.	Специальная физическая подготовка	42	156
3.	Участие в спортивных соревнованиях	0	48
4.	Техническая подготовка	132	334
5.	Тактическая подготовка	8	48
6.	Теоретическая подготовка	10	12
7.	Психологическая подготовка	2	12
8.	Инструкторская и судейская практика	0	16
9.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	4
10.	Восстановительные мероприятия	2	22
11.	Тестирование и контроль	6	8
Общее количество часов в год		312	832

2.5. Хоккей (тренер-преподаватель Труфанов Т.П. – НПЗ)

№ п/п	Виды спортивной подготовки	Этапы и годы подготовки	
		Этап начальной подготовки	
		свыше года	
		3-й	
		Недельная нагрузка в часах	
		8	
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		2	
		Минимальная наполняемость групп (человек)	
		14	

1.	Общая физическая подготовка	67
2.	Специальная физическая подготовка	17
3.	Участие в спортивных соревнованиях	29
4.	Техническая подготовка	114
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая	66
6.	Инструкторская и судейская практика	-
7.	Медицинские, мед-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	123
Общее количество часов в год		416