

Отдел образования и делам молодежи администрации
Пучежского муниципального района Ивановской области
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр г. Пучеж»

Рассмотрено на педагогическом совете

«08» сентября 2021 г.

Председатель педагогического совета

Смыслова И.Н.

Протокол № 1 от 08.09.2021 г.



Утверждаю

Директор МУ ДО «ДЮЦ г. Пучеж»

Смыслова И.Н. /Смыслова И.Н./

«08» сентября 2021г.

Приказ № 52 от 08 сентября 2021 г.

ИЗМЕНЕНИЯ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ
МУ ДО «ДЮЦ г. Пучеж»

Директор МУ ДО «ДЮЦ г. Пучеж»

И.Н. Смыслова

Ул. Ленина д. 48

Тел: 2-13-52

г. Пучеж
2021 год

Раздел 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план по учреждению

№	Отделения	Кол-во объединений	Кол-во групп	Недельная нагрузка, ч	Кол-во детей, чел*
1	Военно-патриотическое	2	3	8	45
2	Социально-педагогическое	1	1	4	15
3	Туристско-краеведческое	1	1	6	15
4	Физкультурно-спортивное	6	16	83	240
Всего		10	21	101	315

Учебный план по отделениям

№	Образовательные программы	Кол-во объединений	Кол-во групп	Недельная нагрузка, ч	Кол-во детей, чел
Военно-патриотическое					
1	МОРСКАЯ ДУША	1	1	4	15
2	ЮНГА	1	2	4	30
Всего		2	3	8	45
Социально-педагогическое					
3	ЗОЖ	1	1	4	15
Всего		1	1	4	15
Туристско-краеведческое					
4	МОРСКОЕ МНОГООБОРЬЕ	1	1	6	15
Всего		1	1	6	15
Физкультурно-спортивное					
5	ВОЛЕЙБОЛ	2	5	37	75
6	ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА	1	3	18	45
7	МИНИ-ФУТБОЛ	1	2	8	30
8	ОФП	1	4	8	60
9	ФУТБОЛ	1	2	12	30
Всего		6	16	83	240
Всего по отделениям		10	21	101	315

Учебный план по объединениям

№	Учебные группы	Недельная нагрузка, ч	Годовая нагрузка, ч	Кол-во детей, чел
МОРСКАЯ ДУША (педагог - Кирьянова А.А.)				
1	ОСНОВНОЙ ЭТАП, 2 год	4	184	15
Всего		4	184	15
ЮНГА (педагог - Кирьянова А.А.)				
2	ОСНОВНОЙ ЭТАП, 1 год	2	72	15
3	ОСНОВНОЙ ЭТАП, 1 год	2	72	15
Всего		4	144	30
ЗОЖ (педагог - Кирьянова А.А.)				
4	ОСНОВНОЙ ЭТАП, 1 год	4	184	15
Всего		4	184	15
МОРСКОЕ МНОГООБОРЬЕ (педагог - Кирьянова А.А.)				
5	ОСНОВНОЙ ЭТАП, 1 год	6	276	15
Всего		6	276	15

ВОЛЕЙБОЛ (педагог - Денисов Ю.Н.)				
6	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 1 год	6	276	15
7	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 6 год	9	414	15
8	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 6 год	9	414	15
Всего		24	1104	45
ВОЛЕЙБОЛ (педагог - Мочалова Г.В.)				
9	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 4 год	9	414	15
10	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 3 год	4	184	15
Всего		13	598	30
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (педагог - Осокин А.Л.)				
11	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 1 год	3	138	15
12	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 6 год	6	276	15
13	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 6 год	9	414	15
Всего		18	828	45
МИНИ-ФУТБОЛ (педагог - Клипов С.В.)				
14	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 1 год	4	184	15
15	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 1 год	4	184	15
Всего		8	368	30
ОФП (педагог - Мочалова Г.В.)				
16	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 3 год	2	92	15
17	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 2 год	2	92	15
18	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 1 год	2	92	15
19	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 1 год	2	92	15
Всего		8	368	60
ФУТБОЛ (педагог - Клипов С.В.)				
20	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 6 год	6	276	15
21	СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП, 4 год	6	276	15
Всего		12	552	30
Всего по объединениям		101	4606	315

* Нормативная численность обучающихся

Учебно-тематические планы объединений*Военно-патриотическое отделение*

МОРСКАЯ ДУША, Кирьянова А.А., более 1 года обучения, 4 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Инструктаж по технике безопасности	1	-	1
2	История флотских традиций	7	2	9
3	Шлюпочное дело	10	4	14
4	Такелажное дело	8	12	20
5	Средства наблюдения и связи	8	10	18
6	Начальная военная подготовка	4	12	16
7	Огневая подготовка	4	16	20
8	Общая физическая подготовка	6	14	20
9	Первая помощь в критических ситуациях	8	6	14
10	Этикет	10	2	12
ИТОГО		66	78	144

ЮНГА, Кирьянова А.А., 1 год обучения, 2 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Введение	1	-	1
2	Морская география	5	-	5
3	История мореплавания	6	-	6
4	Знаменитые флотоводцы и мореплаватели	3	-	3
5	Доблесть русского флота	8	-	8
6	Петербург - город морской славы	5	-	5
7	Экипаж - одна семья	15	-	15
8	Морские традиции	4	-	4
9	Морская практика	7	-	7
10	В гостях у Нептуна	8	-	8
11	От килия до клотика	2	-	2
12	Как стать...	2	-	2
13	В мире сокровищ	4	-	4
14	Проверка ЗУН	2	-	2
ИТОГО		72	-	72

Социально-педагогическое отделение

ЗОЖ, Кирьянова А.А., 1 год обучения, 4 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие	2	-	2
2	Здоровье и факторы, формирующие его здоровый образ жизни	8	-	8
3	Установка и мотивация здоровья	8	-	8
4	Возрастные основы здоровья	8	-	8
5	Диагностика здоровья	6	4	10
6	Классификации систем, методов и средств оздоровления	8	-	8
7	Основы рационального питания	10	-	10

8	Оздоровительные свойства движений. Движение и здоровье	10	10	20
9	Дыхательные гимнастики	6	2	8
10	Стресс	8	2	10
11	Иммунитет	8	2	10
12	Массаж как средство оздоровления	8	2	10
13	Психогигиена оздоровления	6	2	8
14	Рациональная организация жизнедеятельности	6	2	8
15	Стратегия и тактика оздоровительной работы	4	-	4
16	Индивидуальные программы оздоровления	1	1	2
17	Методы оказания скорой доврачебной помощи	6	2	8
18	Проверка ЗУН	2	-	2
ИТОГО		115	29	144

Туристско-краеведческое отделение

МОРСКОЕ МНОГОБОРЬЕ, Кирьянова А.А., 1 год обучения, 6 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Введение. Инструктаж по ТБ	2	-	2
2	Первые шаги на пути в моря и океаны	10	-	10
3	"Прибрежные жители" и подводные обитатели морей и океанов	6	-	6
4	На страже морских рубежей...	14	2	16
5	Чем занимаются моряки. Морские профессии	6	-	6
6	"Великие страницы истории России	14	2	16
7	Шлюпочное дело	10	-	10
8	Морские узлы	2	18	20
9	Флажный семафор	2	20	22
10	Стрелковая подготовка	2	18	20
11	Подача бросательного конца	2	18	20
12	Разборка и сборка АКМ	2	18	20
13	Строевая подготовка	2	6	8
14	Занятия по общей физической подготовке. Подвижные игры	2	18	20
15	Школа выживания	12	4	16
16	Проверка ЗУН	2	2	4
ИТОГО		90	126	216

Физкультурно-спортивное отделение

ВОЛЕЙБОЛ, Денисов Ю.Н., более 1 года обучения, 6 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	12	-	12
2	Общая физическая подготовка	-	47	47
3	Специальная физическая подготовка	-	50	50
4	Техническая подготовка	-	56	56
5	Тактическая подготовка	-	45	45
6	Участие в соревнованиях	-	12	12
7	Восстановительные мероприятия	-	10	10
8	Контрольно-тестовые испытания	-	4	4
9	Интегральная подготовка	-	40	40

ИТОГО	12	264	276
--------------	-----------	------------	------------

ВОЛЕЙБОЛ, Денисов Ю.Н., более 1 года обучения, 9 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	14	-	14
2	Общая физическая подготовка	-	71	71
3	Специальная физическая подготовка	-	58	58
4	Техническая подготовка	-	98	98
5	Тактическая подготовка	-	47	47
6	Участие в соревнованиях	-	29	29
7	Восстановительные мероприятия	-	46	46
8	Контрольно-тестовые испытания	-	16	16
9	Интегральная подготовка	-	35	35
ИТОГО		14	400	414

ВОЛЕЙБОЛ, Мочалова Г.В., более 1 года обучения, 9 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	12	-	12
2	Общая физическая подготовка	-	80	80
3	Специальная физическая подготовка	-	70	70
4	Техническая подготовка	-	90	90
5	Тактическая подготовка	-	70	70
6	Участие в соревнованиях	-	20	20
7	Инструкторско-судейская практика	-	10	10
8	Контрольно-тестовые испытания	-	4	4
9	Восстановительные мероприятия	-	58	58
ИТОГО		12	402	414

ВОЛЕЙБОЛ, Мочалова Г.В., более 1 года обучения, 4 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	4	-	4
2	Общая физическая подготовка	-	30	30
3	Специальная физическая подготовка	-	35	35
4	Техническая подготовка	-	40	40
5	Тактическая подготовка	3	30	33
6	Участие в соревнованиях	-	8	8
7	Восстановительные мероприятия	2	8	10
8	Контрольно-тестовые испытания	-	4	4
9	Интегральная подготовка	-	20	20
ИТОГО		9	175	184

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА, Осокин А.Л., 1 год обучения, 3 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	6	-	6
2	Общая физическая подготовка	-	80	80
3	Специальная физическая подготовка	-	40	40
4	Участие в соревнованиях	-	6	6
5	Восстановительные мероприятия	-	6	6
ИТОГО		6	132	138

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА, Осокин А.Л., более 1 года обучения, 6 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	8	-	8
2	Общая физическая подготовка	-	70	70
3	Специальная физическая подготовка	-	96	96
4	Технико-тактическая подготовка	-	60	60
5	Участие в соревнованиях	-	10	10
6	Инструкторско-судейская практика	-	4	4
7	Контрольно-тестовые испытания	-	8	8
8	Восстановительные мероприятия	-	20	20
ИТОГО		8	268	276

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА, Осокин А.Л., более 1 года обучения, 9 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	8	-	8
2	Общая физическая подготовка	-	100	100
3	Специальная физическая подготовка	-	126	126
4	Технико-тактическая подготовка	-	108	108
5	Участие в соревнованиях	-	20	20
6	Восстановительные мероприятия	-	40	40
7	Контрольно-тестовые испытания	-	8	8
8	Инструкторско-судейская практика	-	4	4
ИТОГО		8	406	414

МИНИ-ФУТБОЛ, Клипов С.В., 1 год обучения, 4 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	6	-	6
2	Общая физическая подготовка	-	10	10
3	Специальная физическая подготовка	-	20	20
4	Техническая подготовка	-	60	60
5	Тактическая подготовка	-	20	20
6	Игровая подготовка	-	50	50
7	Участие в соревнованиях	-	10	10
8	Контрольно-тестовые испытания	-	8	8
ИТОГО		6	178	184

МИНИ-ФУТБОЛ, Клипов С.В., более 1 года обучения, 4 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	6	-	6
2	Общая физическая подготовка	-	10	10
3	Специальная физическая подготовка	-	20	20
4	Техническая подготовка	-	60	60
5	Тактическая подготовка	-	20	20
6	Игровая подготовка	-	50	50
7	Участие в соревнованиях	-	10	10
8	Контрольно-тестовые испытания	-	8	8
ИТОГО		6	178	184

ОФП, Мочалова Г.В., 1 год обучения, 2 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Основы знаний о физической культуре, о влиянии	1	-	1

	физических упражнений на организм.			
2	Гигиена, режим дня, предупреждение травм, врачебный контроль.	1	-	1
3	Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.	1	-	1
4	Основы знаний о ВФСК ГТО. Методика выполнения тестов Комплекса ГТО. Порядок участия в тестах Комплекса ГТО.	2	-	2
5	Гимнастика	1	18	19
6	Легкая атлетика	1	14	15
7	Лыжная подготовка	1	9	10
8	Подвижные игры	2	18	20
9	Спортивные игры	2	10	12
10	Контрольные испытания	-	4	4
11	Участие в соревнованиях	-	2	2
12	Восстановительные мероприятия	-	5	5
ИТОГО		12	80	92

ОФП, Мочалова Г.В., более 1 года обучения, 2 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Основы знаний о физической культуре, о влиянии физических упражнений на организм.	1	-	1
2	Гигиена, режим дня, предупреждение травм, врачебный контроль.	1	-	1
3	Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь.	1	-	1
4	Основы знаний о ВФСК ГТО. Методика выполнения тестов Комплекса ГТО. Порядок участия в тестах Комплекса ГТО.	2	-	2
5	Гимнастика	1	18	19
6	Легкая атлетика	1	14	15
7	Лыжная подготовка	1	9	10
8	Подвижные игры	2	18	20
9	Спортивные игры	2	10	12
10	Контрольные испытания	-	4	4
11	Участие в соревнованиях	-	2	2
12	Восстановительные мероприятия	-	5	5
ИТОГО		12	80	92

ФУТБОЛ, Клипов С.В., более 1 года обучения, 6 ч.

№	Наименование разделов и тем	Теория	Практика	Всего
1	Теоретическая подготовка	8	-	8
2	Общая физическая подготовка	-	10	10
3	Специальная физическая подготовка	-	20	20
4	Техническая подготовка	-	100	100
5	Тактическая подготовка	-	40	40
6	Игровая подготовка	-	80	80
7	Участие в соревнованиях	-	10	10
8	Контрольно-тестовые испытания	-	8	8
ИТОГО		8	268	276

Раздел 3. План воспитательной работы учреждения.

Цель: воспитание волевых, морально-нравственных и этических социально-значимых качеств учащихся.

Задачи:

1. Организация самостоятельной и творческой активности учащихся.
2. Приобщение к патриотической культуре России, физической культуре и спорту.
3. Привлечение семьи к воспитанию курсантов.
4. Пропаганда здорового образа жизни.

№	Наименование мероприятия	Форма
СЕНТЯБРЬ		
1	Агитационная работа в образовательных учреждениях по привлечению учащихся в объединения ДЮЦ	организационное мероприятие
2	«День солидарности с терроризмом»	беседа, просмотр видео материала
3	«Кросс нации»	спортивный праздник
4	«Безопасность дорожного движения»	беседа, просмотр видео материала
ОКТАБРЬ		
5	«День учителя»	организационное мероприятие
6	«Учат в школе...!»	конкурсно-игровая программа
7	«Мы за здоровый образ жизни»	спортивная акция
8	«Есть такая профессия – Родину защищать»	конкурс рисунков
НОЯБРЬ		
9	«День народного единения»	беседа
10	«Морские баталии»	конкурсно-игровая программа
11	«Мы выбираем жизнь»	беседа
12	«Здоровым быть модно»	конкурс рисунков
13	«День матери в России»	конкурсно-игровая программа
14	«Весёлые эстафеты»	соревнования в объединениях
15	Фестиваль ВФСК ГТО «Папа, мама, я, ГТО - одна семья»	
16	«День именинника»	конкурсно-игровая программа
ДЕКАБРЬ		
17	«День неизвестного солдата» (3 декабря)	беседа и просмотр видеоматериала
18	«День героев Отечества» (9 декабря)	беседа и просмотр видеоматериала
19	«Новогодняя гонка»	конкурсно-игровая программа
20	«Весёлые эстафеты»	соревнования в

		объединениях
21	«Новый год к нам мчится...»	конкурсно-игровая программа
ЯНВАРЬ		
22	«День здоровья»	игры на открытом воздухе
23	«Снежные забеги»	соревнование
24	«Встреча с выпускниками»	спортивные игры
25	«Папа, мама и я – спортивная семья»	соревнование
26	«Рождественские встречи»	конкурсно-игровая программа
ФЕВРАЛЬ		
27	День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества (15 февраля)	встреча с воинами афганской войны
28	«День защитника Отечества»	спортивные игры, турниры, конкурсno-игровая программа
29	«Лыжня России»	спортивный праздник
30	«Посвящение в гардемарины»	торжественное собрание
31	«Зарница»	военно-патриотическая игра
32	Открытое первенство по прикладным видам морского многоборья «Гардемарины, вперёд!», посвященное Дню рождения КЮМ «Гардемарин»	соревнование
33	«День именинника»	конкурсно-игровая программа
МАРТ		
34	«Семейные состязания»	соревнование
35	«Международный женский день 8 марта»	спортивные игры, конкурсno-игровая программа
36	«Весёлые эстафеты»	соревнование
37	«Единый день ГТО»	прием нормативов ВФСК ГТО
АПРЕЛЬ		
38	«День космонавтики»	беседа, конкурс рисунков
39	«День именинника»	конкурсно-игровая программа
40	«По морям по волнам»	конкурсно-игровая программа
41	«Моя семья за ГТО»	соревнование
МАЙ		
42	«Урок мужества. Возложение венков к братской могиле».	организационное мероприятие
43	Пост №1. Участие в митинге, посвящённому Дню Победы	организационное мероприятие
44	Легкоатлетический пробег, посвященный Дню Победы	соревнование
45	«День именинника»	конкурсно-игровая программа

ИЮНЬ - АВГУСТ		
46	«Растим патриотов России»	лагерь дневного пребывания
47	Международный день защиты детей (1 июня)	конкурсно-игровая программа
48	День России (12 июня). Футбол среди дворовых команд	соревнование
49	День памяти и скорби - день начала войны (22 июня)	беседа
50	«Спартакиада среди лагерей дневного пребывания»	соревнование
51	Акция «Молодежь за ГТО!»	соревнование
52	Организация игровой площадки по месту жительства	
53	День Физкультурника	соревнование
54	День государственного флага Российской Федерации (22 августа)	организационное мероприятие