

СОГЛАСОВАНО

Заместитель начальника  
управления образования

Золотарева Л.В. Золотарева

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №42»



Матюшин В.Н. Матюшин

Приказ от 02.09.2024г № 559

Принят на педагогическом совете  
протокол №1 от « 29 » августа 2024г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 00C3042C3742645FE08297FEE7734FF503

Владелец: Матюшин Вадим Николаевич

Действителен с 16.01.2024 до 10.04.2025

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ  
ПЛАТНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛУГ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №42»  
НА 2024/2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Набережные Челны  
2024

Пояснительная записка  
к учебному плану платных дополнительных образовательных услуг  
по программе «Оздоровительное плавание»  
на 2024/2025 учебный год по МБОУ «СОШ №42»  
г. Набережные Челны РТ

Учебный план является нормативным документом, регламентирующим организацию образовательной деятельности по предоставлению платных образовательных услуг с учетом учебно-методического, кадрового и материально-технического оснащения.

Нормативной базой для составления учебного плана по предоставлению платных образовательных услуг являются документы:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 15.09.2020 №1441 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»;
- Регламента по оказанию дополнительных платных услуг в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 42» № 526 от 29.08.2024 г.

Программа «Оздоровительное плавание» представлена следующими курсами:

1. «Оздоровительное плавание» (5-6 лет)
2. «Оздоровительное плавание» (7-11 лет)
3. «Оздоровительное плавание» (11-15 лет)

Цель программы «Оздоровительное плавание» (5-6 лет) обучение детей дошкольного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития. Курс обучения плаванию разделен на три этапа, основной задачей каждого из которых является:

1 этап. Приобщение к воде; подготовительные упражнения в воде (освоение дыхания, элементарных гребковых движений руками и ногами); ознакомление с техникой изучаемого способа плавания (положение тела, дыхание, характер гребковых движений). Проводится на суше и в воде.

2 этап. Разучивание техники плавания кролем на груди и на спине, новых общеразвивающих и специальных упражнений пловца на суше; совершенствование навыка плавания. Изучение отдельных элементов техники плавания и затем изучаемого способа в целом. Техника плавания изучается в следующем порядке: положение тела, дыхание, движения ногами, движения руками, согласование движений; при этом освоение каждого элемента техники проводится в постепенно усложняющихся условиях, предусматривающих в конечном счете выполнение упражнений в горизонтальном безопорном положении (рабочая поза пловца).

3 этап. Дальнейшее совершенствование навыка плавания кролем на груди и на спине, ознакомление с отдельными элементами техники плавания дельфином, освоение комплексного плавания.

Принимаются все дети без противопоказаний по состоянию здоровья при наличии медицинской справки. Возраст детей от 5 до 6 лет. Программа рассчитана на 1 год. Режим занятий 2 раза в неделю по 1 часу. Занятия проводятся в форме группового обучения. Количество детей в группах до 20 человек. Общее количество часов в год – 68, при посещении 2 раза в неделю.

Реализация программы «Оздоровительное плавание» (7-11 лет) осуществляется через обучение основам способов плавания и широкому кругу двигательных навыков; обучение



технике основных стилей спортивного плавания – кроль на груди, на спине; ознакомление с основными стилями спортивного плавания – кроль, брасс; обучение детей основным правилам безопасного поведения на воде; развитию костно-мышечного корсета, координационные возможности, навыков личной гигиены, формирование представления о водных видах спорта. Программа направлена на воспитание морально-волевых качеств, самостоятельности и организованности бережного отношения к своему здоровью, интереса к занятиям физической культуры, положительному интересу к упражнениям в воде и овладению жизненно необходимыми навыками плавания.

Принимаются все дети без противопоказаний по состоянию здоровья при наличии медицинской справки. Возраст детей от 7 до 11 лет. Дети в группах разновозрастные и разного уровня подготовки. Режим занятий 2 раза в неделю по 1 часу. Занятия проводятся в форме группового обучения. Количество детей в группах до 20 человек. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть различной.

Общее количество часов в год – 68, при посещении 2 раза в неделю.

Цель программы «Оздоровительное плавание» (11-15 лет) обучение детей школьного возраста плаванию, закаливание и укрепление детского организма, обеспечение всестороннего физического развития.

Курс обучения плаванию разделен на три этапа, основной задачей каждого из которых является:

1 этап. Подготовительные упражнения в воде (скольжения, соскоков в воду); ознакомление с техникой изучаемого способа плавания (брасс, баттерфляй). Занимающиеся выполняют общеразвивающие и специальные физические упражнения.

2 этап. Разучивание техники плавания кролем на груди и на спине, спадов вперед с низкого бортика, совершенствование навыка плавания. Изучение отдельных элементов техники плавания и затем изучаемого способа в целом. Техника плавания изучается в следующем порядке: положение тела, дыхание, движения ногами, движения руками, согласование движений. Освоение каждого элемента техники проводится в постепенно усложняющихся условиях, предусматривающих в конечном счете выполнение упражнений в горизонтальном безопорном положении (рабочая поза пловца).

3 этап. Дальнейшее совершенствование навыка плавания кролем на груди и на спине, разучивание техники учебных стартов и поворотов, ознакомление с отдельными элементами техники плавания брассом, баттерфляй, освоение комплексного плавания. На этом этапе ведущее значение имеет плавание изучаемым способом с полной координацией. В связи с этим на каждом занятии соотношение плавания с полной координацией и плавания с помощью ног и рук должно быть 1:1.

Принимаются все дети без противопоказаний по состоянию здоровья при наличии медицинской справки. Возраст детей от 11 до 15 лет. Дети в группах разновозрастные и разного уровня подготовки. Режим занятий 2 раза в неделю по 1 часу. Занятия проводятся в форме группового обучения. Количество детей в группах до 20 человек. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении навыков плавания может быть различной.

Общее количество часов в год – 68, при посещении 2 раза в неделю.

Директор МБОУ «СОШ № 42»:



В.Н. Матюшин



Утверждаю  
 Директор МБОУ «СОШ № 42»  
 В.Н.Матюшин




**Учебный план  
 по оказанию дополнительных платных образовательных услуг  
 муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
 «Средняя общеобразовательная школа № 42»  
 на 2024-2025 учебный год**

№ п/п	Наименование учебных курсов	Количество часов в неделю по классам									Итого
		дошколь ники	1	2	3	4	5	6	7	8	
1	«Оздоровительное плавание» (5-6 лет)	2									2
2	«Оздоровительное плавание» (7-11 лет)		2	2	2	2					8
3	«Оздоровительное плавание» (11-15 лет)						2	2	2	2	8
	Итого	2	2	2	2	2	2	2	2	2	16

№ п/п	Наименование учебных курсов	Количество часов в год по классам									Итого
		дошко льник и	1	2	3	4	5	6	7	8	
1	«Оздоровительное плавание» (5-6 лет)	68									68
2	«Оздоровительное плавание» (7-11 лет)		68	68	68	68					272
3	«Оздоровительное плавание» (11-15 лет)						68	68	68	68	272
	Итого	68	68	68	68	68	68	68	68	68	612

Лист согласования к документу № 342 от 27.09.2024  
Инициатор согласования: Матюшин В.Н. Директор  
Согласование инициировано: 27.09.2024 10:00

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Матюшин В.Н.		 Подписано 27.09.2024 - 10:00	-