Приложение 1
к приказу ГКУДО «ОСАШ» 19.12.2025 г. № 47
«Об утверждении календарного учебного графика,
учебного плана на 2026 год»

УПРАВЛЕНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГКУДО «Областная спортивно-адаптивная школа»

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
ГКУДО «ОСАШ»
Протокол от 19 декабря 2025 г. № 3

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора ГКУДО «ОСАШ»
_____ Е.А. Шамонин
приказ от 19.12.2025 г. № 47
«Об утверждении календарного учебного графика,
учебного плана на 2026 год»

Календарный учебный график

на 2026 учебный год
(с 01 января по 30 декабря 2026)

г. Шадринск

1. Общие сведения

Календарный учебный график ГКУДО «Областная спортивно-адаптивная школа» на 2026 год составлен в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
- Федеральный закон «О физической культуре в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ;
- Приказ Минспорта России от 03.08.2022 N 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Приказ Министерства спорта России от 22.11.2022 г. № 1051 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих»;
- Приказ Министерства спорта России от 28.11.2022 г. № 1082 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с интеллектуальными нарушениями»;
- Приказ Министерства спорта России от 30.11.2022 г. № 1100 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устав ГКУДО «ОСАШ»;
- Лицензия на право образовательной деятельности от 02.08.2019 г. № 947;
- Правила внутреннего трудового распорядка;
- План работы школы на 2026 год;
- Локальные акты Школы.

Календарный учебный график рассматривается на заседании педагогического совета и утверждается и.о. директора ГКУДО «ОСАШ».

2. Образовательные программы

Обучающиеся проходят обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки и дополнительным общеразвивающим программам по следующим видам спорта:

- в спорте ЛИН – легкая атлетика, лыжные гонки, дзюдо, пауэрлифтинг, настольный теннис;
- в спорте глухих – лыжные гонки, греко-римская борьба, дзюдо;
- в спорте слепых – дзюдо, лыжные гонки.

3. Места проведения занятий

Учебно-тренировочные занятия проводятся на основе договоров безвозмездного пользования на спортивных базах:

- Дирекция эксплуатации и содержания спортивных объектов Курганской области, г. Курган;
- ГКОУ «Введенская специальная (коррекционная) школа-интернат»;
- ГБПОУ «Варгашинский образовательный центр»;
- ГКОУ «Каргапольская специальная (коррекционная) школа-интернат»;
- ГКОУ «Курганская специальная (коррекционная) школа-интернат № 25»;
- ГКОУ «Шадринская специальная (коррекционная) школа-интернат № 11».

4. Сроки начала и окончания учебного года

- Продолжительность учебного года по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки 52 недель с 1 января по 31 декабря, по дополнительным общеразвивающим программам 40 недель с 12 января по 30 декабря:
- Начало учебного года – 01.01.2026 г.
- Начало учебных занятий – 01.01.2026 г.
- Комплектование учебно-тренировочных групп – 12-26.01.2026 г.
- Сроки проведения дополнительного отбора – 26.01-01.02.2026 г.

5. Время начала и окончания занятий

Время начала и окончания учебно-тренировочных занятий – согласно утвержденному расписанию.

Продолжительность академического часа по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки составляет 60 мин., по дополнительным общеразвивающим программам составляет 45 мин.

6. Этапы образовательного процесса

Результаты прохождения спортивной подготовки применительно к этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной образовательной программой спортивной подготовки:

1) *Этап начальной подготовки* - формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом, получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о спортивной дисциплине вида спорта, повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств, укрепление здоровья, прохождение физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

2) *Учебно-тренировочный этап* - формирование устойчивого интереса к занятиям спортивной дисциплиной вида спорта, формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей спортивной дисциплине вида спорта, обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности, укрепление здоровья, прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

3) *Этап совершенствование спортивного мастерства* - повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности, сохранение здоровья, прохождение углубленной физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции.

7. Содержание программ по видам спорта

Программы по видам спорта разработаны в соответствии с Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в области физической культуры и спорта по группе видов спорта «адаптивные виды спорта» и к срокам обучения по этим программам (Приказ Минспорта РФ № 579 от 07.07.2022 г.), учитывают требования федеральных стандартов спортивной подготовки по адаптивным видам спорта, требования к организации занятий с использованием средств адаптивной физической культуры и адаптивного спорта с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Структура программ:

- Общие положения
- Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
- Система контроля
- Рабочая программа по виду спорта
- Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта
- Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

Примерные учебные планы на 52 недели
Спорт лиц с интеллектуальными нарушениями

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки		Учебно - тренировочный (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До 3 лет	Свыше 3 лет		
Дзюдо (мужчины)							
1.	Общая физическая подготовка (%)	40-42		35-40		17-19	15-16
2.	Специальная физическая подготовка (%)	38-40		26-29		25-27	23-24
3.	Техническая подготовка (%)	8-10		26-20		22-23	25-28
4.	Тактическая подготовка (%)	5-8		12-14		16-18	18-20
5.	Психологическая подготовка (%)	3-7		2-6		1-5	1-5
6.	Теоретическая подготовка (%)	3-7		2-6		1-5	1-2
7.	Спортивные соревнования (%)	-		1-4		2-6	5-8
8.	Интегральная подготовка (%)	1-4		2-6		3-7	4-6
9.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2		1-2		1-3	4-5
Дзюдо (женщины)							
1.	Общая физическая подготовка (%)	40-42		22-27		16-18	13-15
2.	Специальная физическая подготовка (%)	38-40		27-30		26-28	21-23
3.	Техническая подготовка (%)	8-10		26-30		22-23	26-29
4.	Тактическая подготовка (%)	5-8		11-13		16-18	18-20
5.	Психологическая подготовка (%)	3-7		2-6		1-5	1-5
6.	Теоретическая подготовка (%)	3-7		2-6		1-5	1-2
7.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-		1-4		2-6	5-8
8.	Интегральная подготовка (%)	2-4		2-6		3-7	4-6

9.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-2	2-3	4-5
Лыжные гонки					
1.	Общая физическая подготовка (%)	45-51	40-45	21-27	15-19
2.	Специальная физическая подготовка (%)	28-30	32-36	39-43	42-46
3.	Техническая подготовка (%)	18-24	18-22	15-20	15-20
4.	Тактическая подготовка (%)	1-5	0-4	0-3	0-3
5.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
6.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
7.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-5	4-5	5-6
8.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-4	1-3	1-3
9.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Настольный теннис					
1.	Общая физическая подготовка (%)	26-34	17-23	13-17	9-11
2.	Специальная физическая подготовка (%)	17-23	17-23	17-23	23-27
3.	Техническая подготовка (%)	31-39	26-34	22-28	22-28
4.	Тактическая подготовка (%)	5-7	8-12	14-18	14-18
5.	Психологическая подготовка (%)	0-2	1-4	1-4	1-4
6.	Теоретическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
7.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-3	1-3
8.	Интегральная подготовка (%)	2-9	1-5	3-7	2-6
9.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	3-7
Пауэрлифтинг					
1.	Общая физическая подготовка (%)	48-50	20-24	15-19	12-16
2.	Специальная физическая подготовка (%)	20-24	30-34	36-40	42-46
3.	Техническая подготовка (%)	13-17	28-32	27-31	23-27
4.	Тактическая подготовка (%)	0-2	1-3	1-3	1-3
5.	Психологическая подготовка (%)	4-8	3-7	3-7	4-8
6.	Теоретическая подготовка (%)	4-8	3-7	2-6	3-7
7.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-	1-4	1-4	1-5
8.	Интегральная подготовка (%)	1-5	1-3	1-3	1-4
9.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2	1-4	1-5	2-6

Примерные учебные планы на 52 недели по спорту глухих

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки		Учебно - тренировочный (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До 3 лет	Свыше 3 лет		
Греко-римская борьба							
1.	Общая физическая подготовка (%)	75-85		20-25		15-20	13-18
2.	Специальная физическая подготовка (%)			20-25		20-25	18-22
3.	Техническая подготовка (%)	10-15		35-40		38-42	40-45
4.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	5-7		8-10		8-12	8-10
5.	Инструкторская и судейская практика	-		1-2		1-2	1-2
6.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-		3-5		5-7	6-8
7.	Интегральная подготовка (%)	1-3		1-3		1-3	1-3
8.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	2-3		3-4		4-5	5-6
Дзюдо							
1.	Общая физическая подготовка (%)	75-85		20-25		15-20	13-18
2.	Специальная физическая подготовка (%)			20-25		20-25	18-22
3.	Техническая подготовка (%)	10-15		35-40		38-42	40-45
4.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	5-7		8-10		8-12	8-10
5.	Инструкторская и судейская практика	-		1-2		1-2	1-2
6.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	0-1		3-5		5-7	6-8
7.	Интегральная подготовка (%)	1-3		1-3		1-3	1-3
8.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	2-3		3-4		4-5	5-6
Лыжные гонки							
1.	Общая физическая подготовка (%)	75-80		20-26		15-18	10-17
2.	Специальная физическая подготовка (%)			20-27		20-25	20-25
3.	Техническая подготовка (%)	8-12		20-25		25-30	30-35
4.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	8-12		18-22		21-26	15-20
5.	Инструкторская и судейская практика	-		1-2		1-2	1-2
6.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-		2-4		5-6	6-7
7.	Интегральная подготовка (%)	1-2		2-3		2-3	3-4
8.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	1-2		3-4		3-4	4-5

Примерные учебные планы на 52 недели по спорту слепых

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки		Учебно - тренировочный (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До года	Свыше года		
Дзюдо							
1.	Общая физическая подготовка (%)	30-40		15-20		13-17	13-17
2.	Специальная физическая подготовка (%)	30-40		15-23		15-22	15-22
3.	Техническая подготовка (%)	8-10		25-35		25-35	25-35
4.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	8-10		25-35		25-30	25-35
5.	Инструкторская и судейская практика	-		1-2		2-3	3-4
6.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-		5-9		7-11	7-11
7.	Интегральная подготовка (%)	1-4		6-8		6-8	8-10
8.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	4-8		4-8		4-8	4-8
Лыжные гонки							
1.	Общая физическая подготовка (%)	55-61		25-30		15-23	15-23
2.	Специальная физическая подготовка (%)	20-22		20-25		25-32	25-27
3.	Техническая подготовка (%)	10-13		20-30		25-30	25-30
4.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	1-4		5-12		8-16	8-16
5.	Инструкторская и судейская практика	-		1-2		2-3	2-3
6.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	-		10-12		3-7	5-9
7.	Интегральная подготовка (%)	1-4		3-6		4-8	6-10
8.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	3-8		4-8		4-8	4-8

Примерные учебные планы учебно-тренировочных занятий на 40 недель

План учебного процесса спортивно-оздоровительного этапа по спорту лиц с интеллектуальными нарушениями (легкая атлетика)

№ п/п	Наименование предметных областей	Общий объем учебной нагрузки	Количество часов на этапах подготовки		
			СО 1 года	СО 2 года	СО 3 года и более
Общий объем часов		**1200**	**240**	**240**	**240**
1	Теоретическая подготовка	50	10	10	10
2	Общая физическая подготовка	890	200	180	170

3	Специальная физическая подготовка	110	-	20	30
4	Технико-тактическая подготовка	44	6	8	10
5	Психологическая подготовка	36	10	8	6
6	Контрольные соревнования	30	6	6	6
7	Инструкторская и судейская практика	6	-	-	2
8	Медицинское обеспечение	14	4	4	2
9	Тестирование	20	4	4	4

8. Режим работы Школы

- Административные работники - 40 часов в неделю (с 09.00 до 18.00, обед с 13.00 до 14.00);
- Тренеры-преподаватели - согласно тарификации и утвержденному расписанию занятий.

9. Перечень проводимых мероприятий школы

Проведение спортивных мероприятий школы организуется согласно календарному плану физкультурных и спортивных мероприятий школы на 2026 год.

10. Праздничные дни в соответствии с производственным календарем

- период Новогодних каникул - с 1 по 11 января 2026 г.;
- период отдыха, связанный с празднованием Праздника Весны и Труда – с 1-3 мая 2026 г.;
- период отдыха, связанный с празднованием Дня Победы - с 9 -11 мая 2026 г.;
- период отдыха, связанный с празднованием Дня России - с 12- 14 июня 2026 г.;
- День народного единства - 4 ноября 2026 г.

11. Календарный учебный график

Календарный учебный график на 52 учебных недели (по видам адаптивного спорта)

Уровень обучения	Год обучения	Январь					Февраль				Март					Апрель				Май				Июнь					Июль				Август				Сентябрь					Октябрь				Ноябрь				Декабрь				
		01-04.01	05-11.01	12-18.01	19-25.01	26.01-01.02	02-08.02	09-15.02	16-22.02	23.02-01.03	02-08.03	09-15.03	16-22.03	23-29.03	30.03-05.04	06-12.04	13-19.04	20-26.04	27.04-03.05	04-10.05	11-17.05	18-24.05	25 -31.05	01-07.06	08-14.06	15-21.06	22-28.06	29.06-05.07	06-12.07	13-19.06	20-26.07	27.07-02.08	03-09.08	10-16.08	17-23.08	24-30.08	31.08-06.09	07-13.09	14-20.09	21-27.09	28.09-04.10	05-11.10	12-18.10	19-25.10	26.10-01.11	02-08.11	09-15.11	16-22.11	23-29.11	30.11-06.12	07-13.12	14-20.12	21-27.12	28-31.12
НП	1																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
	2																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
	3																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
УТЭ	1																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
	2																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
	3																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
	4																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
	5																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
ССМ	1																			ПА	ПА																											ГА	ГА			
	2																			ПА	ПА																											ГА	ГА			

Условные обозначения: ПА-промежуточная аттестация; ГА- годовая аттестация.

Календарный учебный график на 40 учебных недель (по видам адаптивного спорта)

Уровень обучения	Год обучения	Январь				Февраль				Март				Апрель					Май				Июнь					Сентябрь					Октябрь				Ноябрь				Декабрь				
		01-11.01	12-18.01	19-25.01	26.01-01.02	02-08.02	09-15.02	16-22.02	23.02-01.03	02-08.03	09-15.03	16-22.03	23-29.03	30.03-05.04	06-12.04	13-19.04	20-26.04	27.04-03.05	04-10.05	11-17.05	18-24.05	25-31.05	01-07.06	08-14.06	15-21.06	22-28.06	29.06-05.07	01-06.09	07-13.09	14-20.09	21-27.09	28.09-04.10	05-11.10	12-18.10	19-25.10	26.10-01.11	02-08.11	09-15.11	16-22.11	23-29.11	30.11-06.12	07-13.12	14-20.12	21-27.12	28-30.12
Спортивно-оздоровительный	1	К																	ПА	ПА					К	К	К	К												ГА	ГА			
	2	К																	ПА	ПА					К	К	К	К												ГА	ГА			
	3	К																	ПА	ПА					К	К	К	К												ГА	ГА			
	4	К																	ПА	ПА					К	К	К	К												ГА	ГА			
	5	К																	ПА	ПА					К	К	К	К												ГА	ГА			

Условные обозначения: ПА-промежуточная аттестация; ГА- годовая аттестация; К-каникулы

12. Аттестация обучающихся

- Сдача контрольных нормативов при приеме в Школу – 15-30.12.2026 г.
- Сдача промежуточной аттестации – 04-16.05.2026 г.
- Сдача переводных контрольных нормативов – 01-13.12.2026 г.
- Присвоение спортивных разрядов, званий – в течение года.
- Перевод, повторное обучение, отчисление и выпуск обучающихся – по решению педагогического совета.

13. Родительские собрания

Проводятся по усмотрению тренеров-преподавателей.

14. Регламент заседаний коллегиальных органов

- Общее собрание работников школы – не реже 1 раза в год.
- Совет школы – не реже одного раза в полугодие.
- Педагогический совет – не реже 1 раза в полугодие.