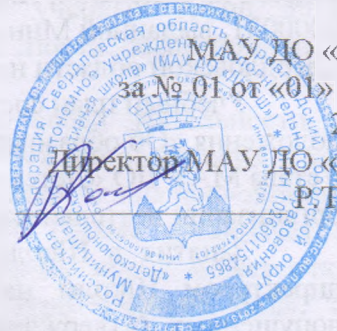


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»**

Утвержден:
Решением педагогического
Совета
МАУ ДО «ДЮСШ»
за № 01 от «01» сентября
2015 года
Директор МАУ ДО «ДЮСШ»
Р. Г. Хасанов



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2015-2016 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**КИРОВГРАД
2015 год**

Пояснительная записка к годовому учебному плану

1.1. Нормативно-правовая база, регламентирующая ведение образовательного процесса

Образовательная деятельность в МАУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» ведется на основании Лицензии: 66ЛО1 № 16701 от 16 октября 2012 года, номер бланка 0000031, выданной Министерством общего и профессионального образования Свердловской области на ведение образовательной деятельности – бессрочно.

Учебный план составлен на основании закона РФ «Об образовании», типового положения «Об образовательном учреждении дополнительного образования детей», Устава МАУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа», методических рекомендаций по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации.

Занятия в Школе проводятся по программам, разработанным и утвержденным директором Школы на основе: примерных (типовых) программ по видам спорта, допущенных (утвержденных) Федеральным органом управления в сфере физической культуры и спорта; Федерального стандарта спортивной подготовки по видам спорта, утвержденного приказом Минспорта России, 2013г. (далее – рабочие программы). Рекомендуемый минимальный возраст зачисления детей в Школу по видам спорта определяется в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями к Школам дополнительного образования детей (внешшольные Школы). Рекомендуемый максимальный возраст обучающихся – 18 лет (для учащейся молодежи – 21 год).

1.2. Общая характеристика образовательного процесса.

Школа осуществляет свою деятельность в соответствии с предметом и целями деятельности, определенными в соответствии с федеральными законами, иными нормативными правовыми актами, муниципальными правовыми актами и Уставом путем выполнения работ, оказания услуг в сферах физической культуры и спорта.

Основной целью деятельности Школы является: оздоровление, физическое развитие детей и юношества, развитие массовой физической культуры и спорта, подготовка спортсменов высокого класса, организация активного отдыха, обучение детей и подростков видам спорта, культивируемым в Учреждении.

Задачами Школы являются:

На спортивно-оздоровительном этапе подготовки:

- укрепление здоровья и закаливание; обучение основам техники и широкому кругу двигательных навыков; развитие физических качеств, формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям и к здоровому образу жизни; воспитание морально-этических и волевых качеств; сохранность контингента детей для групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп.

На этапе начальной подготовки:

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности; утверждение здорового образа жизни; воспитание морально-этических и волевых качеств; становление спортивного характера, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни; поиск талантливых в спортивном отношении детей.

На тренировочном этапе (I) (этапе спортивной специализации):

- улучшение состояния здоровья; повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ спортивной подготовки по видам спорта; формирование интереса к целенаправленной многолетней спортивной подготовке; воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, профилактика вредных привычек и правонарушений. Предметом деятельности Школы является: дополнительное образование детей (80.10.3),

Для достижения поставленных целей и задач Школа осуществляет следующие основные виды деятельности:

- реализует образовательные программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности по видам спорта: баскетбол, киокусинкай, лыжные гонки, настольный теннис, плавание;
- реализует авторские программы спортивной подготовки по видам спорта: баскетбол, киокусинкай, лыжные гонки, настольный теннис, плавание;
- подготовка спортсменов, соответствующих уровню учебных групп, посредством индивидуальной педагогической деятельности, по видам спорта: баскетбол, киокусинкай, лыжные гонки, настольный теннис, плавание.

Школа самостоятельно разрабатывает программу своей деятельности, с учетом запросов детей, потребностей семьи, образовательных учреждений, детских и юношеских общественных объединений и организаций, особенностей социально-экономического развития региона и национально-культурных традиций. Школа организует работу с детьми в течение всего календарного года. В каникулярное время может открывать в установленном порядке оздоровительные лагеря и туристические базы, создавать различные объединения с постоянными и (или) переменными составами детей в лагерях (загородных или с дневным пребыванием), при МАУ ДО «ДЮСШ».

Школа организует и проводит массовые мероприятия, создает необходимые условия для совместного труда, отдыха детей, родителей (законных представителей).

Основными формами учебно-тренировочной работы являются: групповые, индивидуальные, теоретические и практические занятия, участие в соревнованиях, в учебно-тренировочных сборах, спортивно-оздоровительных лагерях.

Учебно-тренировочные занятия проводятся в сроки, указанные в расписании. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией Школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима учебно-тренировочных занятий, отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных учреждениях и учреждениях дополнительного образования, с учетом возрастных особенностей и установленных санитарно-гигиенических норм.

Учебно-тренировочные занятия проводятся в спортивно-оздоровительных группах, группах начальной подготовки, учебно-тренировочных группах. Количество и состав групп определяется приказом директора Школы в соответствии с санитарными требованиями и нормативами.

Конкретная продолжительность учебных занятий, а также перерывов между ними предусматривается Уставом и локальным актом Школы. На этапах спортивной подготовки (спортивно-оздоровительный, начальной подготовки) занятия, как правило, не превышают 2 часов в день, в выходные и каникулярные дни - 3 часов, если иное не установлено федеральными стандартами спортивной подготовки. После 30-45 мин занятий предоставляется возможность (не менее 10 минут) для отдыха детей и проветривания помещений. При этом сам тренировочный процесс продолжается, данное время может быть также использовано для теоретической подготовки, воспитательной работы и другой деятельности педагогической направленности. В программе спортивной подготовки могут быть предусмотрены другие диапазоны продолжительности времени тренировки и перерывов с учетом специфики вида спорта, а также предусмотрена возможность перерывов для отдыха занимающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего тренировочного процесса в целом. На этапах спортивной подготовки (тренировочном (этапе спортивной специализации), совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства) объем тренировочной нагрузки, в том числе количество и продолжительность занятий (в том числе спаренных) определяются программами спортивной подготовки, утверждаемыми

непосредственно самим Учреждением в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

Учебный план составлен заместителем директора МАУ ДО «ДЮСШ» по учебно-воспитательной работе. Продолжительность учебного года 52 недели. 46 недель в режиме непосредственной работы школы и 6 недель в режиме организации летней оздоровительной компании и (или) по индивидуальным планам учащихся на период их активного отдыха. В июне-августе (в период каникул) а режиме спортивно-оздоровительного лагеря происходит переход одноразовых к двухразовым тренировкам в день. Это обеспечит возможность усвоить необходимый объем учебно-тренировочных нагрузок. Учебный план рассчитан на 6-ти дневную рабочую неделю. Часовая нагрузка определена нормативно-правовыми документами и возрастной категорией учащихся.

Учебный план составляется в соответствии программой, которая включает в свое содержание теоретическую подготовку и практические занятия. Учебный план составляется в часах, которые распределены по этапам подготовки или годам обучения, в соответствии с режимом учебно-тренировочной работы. Это позволяет обеспечивать преемственность и единое направление учебно-тренировочного процесса на всем протяжении обучения в спортивной школе по образовательным программам с увеличением общего годового объема часов изменяется по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Из года в год повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и интегральную подготовку. Постепенно уменьшается, а затем стабилизируется объем нагрузок, направленных на общую физическую подготовку (ОФП).

1.3 Нагрузка по годам обучения:

Спортивно-оздоровительный этап (СО) - весь период

- СОГ – 4 часа (4 раза по 1 часу или 2 раза по 2 часа)
- СОГ – 6 часов (6 раз в неделю по 1 часу / 3 раза в неделю по 2 часа / 4 раза в неделю по 1.5 часа.)

Этап начальной подготовки (НП) (до 3 лет)

- ГНП-1 года обучения - 6 часов в неделю (6 раз по 1 часу / 3 раза по 2 часа / 4 раза в неделю по 1.5 часа.)
- ГНП-2,3 года обучения - 9 часов в неделю (4 раза по 2 часа и 1 раз по 1 час) / 8 часов в неделю (4 раза по 2 часа)

Тренировочный этап (ТТ), этап спортивной специализации:

Период начальной специализации (до 2 лет)

- УТГ-1 года обучения - 12 часов в неделю: (6 раз по 2 час) / 10 часов в неделю: (5 раз по 2 час / 3 раза по 3 часа и 1 раз по 1 часу)
- УТГ-2 года обучения - 14 часов в неделю: (4 раза по 2 часа и 2 раза по 3 час) / 12 часов в неделю: (6 раз по 2 час)

Период углубленной специализации (до 3 лет)

- УТГ-3 года обучения - 16 часов в неделю: (4 раза по 3 час и 2 раза по 2 час) / 14 часов в неделю: (4 раза по 2 час и 2 раза по 3 час)
- УТГ-4 года обучения - 18 часов в неделю: (6 раз по 3 часа) / 16 часов в неделю: (4 раза по 3 час и 2 раза по 2 час)
- УТГ-5 года обучения - 20 часов в неделю (4 раза по 3 часа и 2 раза по 4 часа) / 18 часов в неделю: (6 раз по 3 часа); 16 часов в неделю: (4 раза по 3 час и 2 раза по 2 час).

Распределение в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки. На основе учебного плана тренер-преподаватель планирует свой тренировочный процесс для каждой группы или учащегося. Одним из важнейших вопросов планирования учебно-тренировочного процесса является распределение программного материала по периодам и этапам годового цикла. Годичный цикл делится

на три периода - подготовительный, соревновательный, переходный (с учетом календаря соревнований). Продолжительность периодов годового цикла может быть различной и зависит от главной задачи годового цикла - освоение новой программы, а также от календарного плана соревнований.

Контроль над выполнением учебного плана ведется заместителем директора и инструктором-методистом: через проверку журналов, посещения учебно-тренировочных занятий. Отслеживается стабильность состава занимающихся в группах, диагностика индивидуальных показаний развития физических качеств, уровень гигиены, освоение основ техники в избранном виде спорта. Освоением объемов тренировочных нагрузок, предусмотренный программами по видам спорта с учетом возрастных особенностей, а также освоение теоретического объема программы, медико-восстановительные мероприятия, медицинский контроль, участие в спортивных соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика учащихся.

Недельный режим учебно-тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода задач подготовки.

Общий годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный указанными режимами, может быть сокращен на 25 %, начиная с тренировочного этапа.

Расчет учебных часов на 2015-2016 учебный год (по видам спортивной подготовки: баскетбол, киокусинкай, лыжные гонки, настольный теннис, плавание).

№ п.п	Вид спорта	Группа	Кол-во групп	Кол-во детей	Кол-во часов	
					неделя	52 недели
1	Баскетбол	СО	3	45	6	312
		НП-1	2	30	6	312
		НП-2	1	15	8	416
		Т-1	1	15	10	520
		Т-3	1	15	12	624
		Т-4	1	12	14	728
Итог по виду:			9	132	74	2912
2	Киокусинкай	СО	4	70	6	312
		Т-1	1	10	10	520
		Т-3	1	11	14	728
Итог по виду:			6	91	48	1560
3	Лыжные гонки	СО	8	122	6	312
		НП-1	1	15	6	312
		Т - 1	1	11	12	624
		Т-3,4	1	12	9	468
Итог по виду:			11	160	73	1716
4	Плавание	СО	6	90	6	312
		НП-1	1	15	6	312
		НП-2	1	15	9	468
		Т-1	1	14	10	624
		Т-2	1	14	12	728
Итог по виду:			10	148	73	2444
5	Настольный теннис	СО	10	150	6	312
		НП-1	2	30	6	312
Итог по виду:			12	180	72	624
Итог по «ДЮСШ»			48	711	304	9256