

Рассмотрено:

На педагогическом совете

«3» сентября 2015 г. протокол № 8

Утверждено:

приказ № 90 от 23.09.2015 г.

Директор МБОУ ДО «ПДЮСШ»

В.А.Королев



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ПОДПОРОЖСКАЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НА 2015 – 2016 УЧЕБНЫЙ ГОД**

г. Подпорожье

Учебный план
МБОУ ДО «Подпорожская детско – юношеская спортивная школа»
На 1 сентября 2015 года.

№ п\п	Направленность	Количество и наименование программ
1.	Физкультурно -спортивная	4 отделения из них: 1. Лыжные гонки – 10 2. Настольный теннис – 3 3. Футбол – 9 4. Волейбол – 1 5.Хоккей -1

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к учебному плану МБОУ ДО «ДЮСШ» г. Подпорожье

на 2015 - 2016 уч. год.

Учебный план составлен в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 года №273--ФЗ, методическими рекомендациями по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации от 24.10.2012 года №325, федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, учебно-образовательной программой по видам деятельности и СанПин.

«Детско-юношеская спортивная школа» города Подпорожье, является многопрофильной, так как учреждение является УДО спортивной направленности. В школе культивируются следующие виды спорта: лыжные гонки, баскетбол, футбол, настольный теннис.

Все программы предусматриваются многоуровневыми сроками реализации, пять и более лет. Список образовательных программ, по которым работает спортивная школа:

Лыжные гонки – образовательные программы тренеров-преподавателей, примерная программа для системы дополнительного образования детей: ДЮСШ, специализированных ДЮСШ олимпийского резерва. Москва 2009 год.

Футбол – образовательная программа тренера-преподавателя. Учебная программа по футболу, разработана на основе типовой программы Российского Футбольного Союза в 1993 г. под общей редакцией тренера методиста РФС кандидата педагогических наук В.С. Хомутовского. Тамбов 2010 г.

Баскетбол – образовательная программа тренера-преподавателя, примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, специализированных ДЮСШ олимпийского резерва. Москва 2008 год.

Настольный теннис – образовательная программа тренера-преподавателя, примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных и школ олимпийского резерва. Москва 2009 г.

Учебный план ДЮСШ – документ, в котором реализуется конкретное содержание образования путем определения количества и названия направлений деятельности; последовательности изучения по годам обучения. Учебный план дает возможность ДЮСШ определиться в своей образовательной стратегии, расставить педагогические акценты, определить приоритетные направления в образовательной деятельности. Он ориентирован на дифференциацию обучения и развитие личности ребенка в условиях ДЮСШ. Введение учебного плана предполагает:

- удовлетворение образовательных потребностей занимающихся и их родителей;
- повышение качества знаний, умений и навыков (ЗУН) занимающихся;
- создание условий для самоопределения и развития личности занимающегося.

Учебный план составлен на 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительные 6 недель в спортивно-оздоровительном лагере и (или) по индивидуальным планам воспитанников на период их активного отдыха. Объем недельной учебной нагрузки на этапах спортивной подготовки установлен федеральными стандартами спортивной подготовки.

Распределение времени на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки.

Этап спортивно-оздоровительный (СОГ) до 3 лет.

Наполняемость групп: в соответствии с ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ программой, и федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта

Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- выявление задатков и способностей детей;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- воспитание черт спортивного характера.

Этап начальной подготовки (НП): до 2 лет с ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ программой.

Наполняемость групп: в соответствии с ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ программой, и федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта

Задачи и преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- выявление задатков и способностей детей;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- воспитание черт спортивного характера.

Учебно-тренировочный этап (до 5 лет обучения) — этап начальной спортивной специализации

Наполняемость групп: в соответствии с ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ программой и федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта

Задачи и преимущественная направленность:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- овладение основами техники в избранном виде спорта;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях по различным видам спорта;
- уточнение спортивной специализации;
- совершенствование техники;
- развитие специальных физических качеств;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок;

Этап спортивного совершенствования: (до 3х лет обучения)

Наполняемость групп: в соответствии с ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ программой и федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта.

Задачи и преимущественная направленность:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности. Воспитание физических качеств: силы, быстроты, специальной тренировочной и соревновательной выносливости;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях по различным видам спорта;
- совершенствование техники углубленная отработка технических приемов, тактических действий с учетом индивидуальных особенностей;
- развитие специальных физических качеств;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок;
- накопление соревновательного опыта, умение готовиться и участвовать в соревнованиях, регулировать эмоциональное состояние.

Продолжительность академического часа составляет 45 минут.

Практическая подготовка состоит из разделов: общая, специальная физическая подготовка (ОФП, СФП), технико-тактическое мастерство (ТТМ). Количество часов на соревнования, а так же на инструкторская и судейская практики учитывается в разделе ТТМ. Приёмные и переводные экзамены учитываются в разделе ОФП.

Недельная нагрузка:

Административные работники – 40 часов

медицинский работник – 20 часов;

Недельная нагрузка тренеров-преподавателей определяется согласно тарификации, с одним выходным днём с нагрузкой более ставки..

Место проведения учебно-тренировочных занятий указано в расписании занятий:

Спортивный зал ДЮСШ,; зал настольного тенниса,; футбольная площадка,; парк,; у здания СКЦ и на аллее Героев – лыжная трасса; бассейн; спортивные площадки и залы СОШ № 1, 3,4,6,7,8,9,12.

Административно-управленческий, учебно-вспомогательный персонал работает с 08.30 до 17.30, перерыв с 13.00 до 14.00 часов.

Обслуживающий персонал, находящийся по адресам: ул. Свирская д. 19-а.

Обеденный перерыв с 13.00 до 14.00 часов.

Дежурные администраторы:

№	Фамилия,Имя,Отчество	должность	день недели
1	Королев Василий Алексеевич	И. о. директора	Понедельник, среда, пятница
2	Данилова Антонина Анатольевна	Зам.директора по УВР и безопасности	Вторник, четверг,

Учебно – производственный план

МБОУ ДО «Подпорожская детско – юношеская спортивная школа» на 1 сентября 2015 года

	Итого:	83	9	127	126	3	8	68	41	8	4	1	5	-	-	-	-	2	-	1
Хоккей																				
12	Слащев А.С.	9	1	15	15	-	-	5	10	-	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-
Волейбол – спортивно-оздоровительные группы																				
13.	Молнягина Г.Н.	6	1	15	6	9	-	-	11	4	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-
	Итого:	6	1	15	6	9	-	-	11	4	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-

Сокращенные обозначения

Количество учащихся в группе

СОГ – спортивно-оздоровительная группа;	15 человек
НП – 1 – группа начальной подготовки первого года обучения;	15 человек
НП – 2 – группа начальной подготовки второго года обучения;	14 человек
УТГ – 1 – учебно-тренировочная группа первого года обучения;	12 человек
УТГ – 2 – учебно-тренировочная группа второго года обучения;	10-12 человек
УТГ – 3 – учебно-тренировочная группа третьего года обучения;	10 человек
УТГ – 4 – учебно-тренировочная группа четвертого года обучения;	8-10 человек
УТГ – 5 – учебно-тренировочная группа пятого года обучения;	8 человек
ГСС группа спортивного совершенствования.	7 – 5 человек

Требования к наполняемости групп и максимальный объем тренировочной нагрузки на этапах спортивной подготовки (за исключением спортивно-оздоровительного) устанавливаются федеральными стандартами спортивной подготовки.
 Академический час в ДЮСШ – в группах СС, УТГ, НП, СОГ– 45 минут ;

Цель учебного плана.

Основной целью учебного плана является содействие реализации образовательной программы.

Учебный план складывается из **четырёх**, преемственно связанных между собой, этапов:

- **спортивно-оздоровительный (СОГ),**
- **этап начальной подготовки (НП),**
- **учебно-тренировочный (УТ),**
- **спортивного совершенствования (СС).**

Учебный план для каждой ступени обучения определяет:

- объём учебных часов по видам спорта.
- содержание форм работы

С учетом данного учебного плана реализуются **основные формы занятий:**

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- и видеозаписей, просмотра соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря; учебно-тренировочного сбора;

- медико-восстановительные мероприятия;
- культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях, матчевых встречах;
- инструкторская и судейская практика;
- спортивно-оздоровительная работа.

Практическая подготовка состоит из разделов: общая, специальная физическая подготовка (ОФП, СФП), технико-тактическое мастерство (ТТМ). Количество часов на соревнования, а так же на инструкторская и судейская практика учитывается в разделе ТТМ. Приёмные и переводные экзамены учитываются в разделе ОФП.

Программа обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса становления спортивного мастерства юных спортсменов.

Основная цель многолетней подготовки юных спортсменов – воспитание спортсменов высокой квалификации, подготовка потенциального резерва сборных команд страны, субъектов федерации, ведомств, активных строителей и защитников нашей Родины.

Общая направленность многолетней подготовки:

- освоение определённых объёмов тренировочных и соревновательных нагрузок;
- комплексное решение задач обучения, тренировки и всестороннего физического развития;
- соразмерность развития основных физических качеств у юных спортсменов в зависимости от возрастных особенностей;
- перспективное опережение формирования спортивно-технического мастерства.

Этапы обучения:

- Спортивно-оздоровительный этап (СОГ) – от 1 до 8 лет.
- Этап начальной подготовки (НП) – 3 года.
- Учебно-тренировочный этап (УТГ) содержит две отдельные составляющие: - этап начальной специализации (до 2-х лет занятий); этап углублённой тренировки (3-й, 4-й и 5-й годы обучения).

Спортивно-оздоровительный этап

Основные задачи спортивно-оздоровительного этапа

- укрепление здоровья детей;
- разносторонняя физическая подготовка;
- устранение недостатков в физическом развитии;
- обучение основам техники, индивидуальной и групповой тактики.

Этап начальной подготовки (НП):

- укрепление здоровья и улучшение физического развития детей и подростков;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами упражнений;

- тренировочных группах; определение статуса игрока, отбор и комплектование учебных групп;
- подготовка и выполнение требований по общей и специальной физической подготовке соответствующей возрастной группы;
- изучение основ техники футбола;
- получение теоретических сведений о врачебном контроле, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса, технике, основах тактики и правилах игры в футбол;

Этап начальной спортивной специализации (УТГ 1,2 года.):

- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- привитие устойчивого интереса к занятиям футболом;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости, координации движений;
- подготовка и выполнение нормативов III юношеского разряда
- овладение основами техники и тактики, приобретение соревновательного опыта;
- подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке соответствующей возрастной группы;
- приобретение навыков в организации и проведении соревнований.

Этап углублённой спортивной специализации (УТГ 3,4,5 год.)

- укрепление здоровья, совершенствование всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием
- скоростно-силовых качеств, ловкости и общей выносливости;
- овладение всем арсеналом технических приемов игры;
- совершенствование тактики, ознакомление с тактическими схемами ведения игры, накопление соревновательного
- опыта в избранном виде спорта;
- подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке;
- специализация по амплуа;
- воспитание умения готовиться и участвовать в соревнованиях (регулировать эмоциональное состояние перед игрой, во
- время игры независимо от её исхода, проводить комплекс восстановительных мероприятий);

Этап спортивного совершенствования

- воспитывать морально-волевые качества, повышать уровень развития специализированных психических качеств.
- Повысить уровень развития силовых качеств, осуществлять интегральную подготовку, развивая силовые качества, выносливость. Координационные и скоростные способности.
- Развивать у учащихся способность к анализу теоретических аспектов тренировочной и соревновательной деятельности.

Воспитание умения готовиться и участвовать в соревнованиях, регулировать эмоциональное состояние, проводить комплекс восстановительных мероприятий.

Учебный план МБОУ ДО -ПДЮСШ разработан в соответствии с документами:

Федерального уровня:

- Законом «О физической культуре и спорте в РФ от 04.12.2007г. №329-ФЗ (с изменениями от 23.07.2008г.).
- Законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Письмо комитета общего и профессионального образования в Ленинградской области от 24.09.2013 года № 03-5713\13;

- Санитарно-гигиеническими нормами, определяемыми действующей государственной санитарно - эпидемиологической службой Российской Федерации.(Санитарно - эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4. Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей ,СанПиН 2.4.4. 1251-03, утверждённые Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 1 апреля 2003 года, зарегистрированными в Министерстве юстиции Российской Федерации 27.05.2003г., регистрационный номер 4594.
- Методическими рекомендациями по организации спортивной подготовки в Российской Федерации приказ Минспорта России от 24.10.2012г. № 325. Утвержденными Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта: футбол от 27.03.2013 года, лыжные гонки от 14.03.2013 года, настольный теннис от 23.07.2013 года
- Типовым Положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей (ред. Постановлений Правительства РФ от 22.02.1997г., №212, от 08.08.2003 №470.
- Примерной программой для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва по видам спорта:«Футбол», Лыжные гонки, Настольный теннис, Баскетбол..

Муниципального уровня:

- Положением об оплате труда работников муниципальных образовательных учреждений г. Подпорожье.
- Уставом ПДЮСШ .
- Приказом об утверждении учебных планов графиков и расписания занятий от 03.09.2015 года № 90 .Рабочими программами на учебные группы.
- Приказом по ДЮСШ «О начале учебных занятий и утверждении педагогической нагрузки на 2015-2016 учебный год» № 52, 53 от 02 сентября 2015 г.