

Утверждено

Приказом № 75 от 31.08.2016 года

**У Ч Е Б Н Ы Й   П Л А Н**  
**МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ДЕТСКО – ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА» ГОРОДА**  
**ВОЛХОВ НА 2016 – 2017 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**г. Волхов**  
**2016г.**

**Пояснительная записка**  
**к учебному плану муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» города Волхов**

Учебный план является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса ДЮСШ и нацелен на:

1. Обеспечение равных возможностей для занятий физической культурой и спортом подрастающего поколения вне зависимости от доходов и благосостояния семьи.
2. Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, осуществление гармоничного развития личности. Воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся.
3. Обеспечение реализации дополнительных образовательных программ в интересах личности, общества по различным видам спорта, направленных на физическую и специальную подготовку занимающихся, развитие их способностей в избранном виде спорта.

Учебный план отражает специфику ДЮСШ, реализуя физкультурно-спортивную направленность в индивидуальных и игровом виде спорта.

В учебный план, согласно Типового положения и Методических рекомендаций по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации, Устава МБУ ДО ДЮСШ входят группы: оздоровительного этапа, этапа начальной подготовки, тренировочного этапа по видам спорта.

Детско-юношеская спортивная школа - профильное учреждение дополнительного образования детей, основной деятельностью которого является физическая и спортивная подготовка детей и подростков. Их личностное развитие.

МБУ ДО «ДЮСШ» функционирует как комплексная. По способу организации деятельности и оценке ее результатов - это учреждение, работающее по государственным и разработанным в учреждении программам с обязательными занятиями и получением зачетной классификационной книжки за пройденный курс обучения.

ДЮСШ осуществляет образовательную деятельность физкультурно-спортивной направленности. Физкультурное направление реализуется в таких формах, как физическое воспитание (связанное с освоением физических и духовных сил человека) и двигательная реабилитация (восстановление). Задачами этого направления является: привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие личности, утверждение

здорового образа жизни, воспитание физических, морально - волевых и этических качеств.

Спортивное направление реализуется по программам видов спорта: спортивная гимнастика, спортивная аэробика, баскетбол, бокс, шахматы, «Физкультура с увлечением». Перед этими направлениями стоят задачи: формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний в избранном виде спорта; укрепление здоровья; развитие физических (двигательных) способностей и повышение роста спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей обучающихся и требований программ по видам спорта; профилактика вредных привычек и правонарушений.

Содержание учебной и воспитательной деятельности в ДЮСШ соответствует основным направлениям федеральной и региональной политики в области физкультуры и спорта, интересам обучающихся, социальному заказу общества и родителей. Стратегия образовательной деятельности направлена на создание условий для развития личности, способной к социализации в современном обществе, для разностороннего физического развития детей, удовлетворения их интересов, самообразования и творчества, труда, профессионального самоопределения, разумного содержательного отдыха.

Содержание образования развивается в соответствии с целями и задачами правительственной Программы восстановления и развития спортивных школ РФ, концептуальными подходами в развитии содержания дополнительного физкультурно-спортивного образования, Уставом, программой развития и образовательной программой «ДЮСШ».

Содержание образовательных программ развивается с учетом современных социально - экономических особенностей, состояния здоровья, образовательных и познавательных потребностей детей города Волхов и Волховского муниципального района.

Образовательный процесс обеспечивает обучающимся свободу выбора вида деятельности с учетом собственных интересов и склонностей на основе преемственности, вариативности, интегрированности. Содержание программ дополнительного образования разно уровневое, учитывает психолого-физиологические особенности детей разных возрастных групп.

Образовательный процесс ориентируется на социальные, практико-ориентированные и здоровье сберегающие педагогические технологии, поэтому, активно развивается система социального партнерства и взаимодействия с различными образовательными учреждениями, организациями, учреждениями, административными органами, общественными движениями.

На отделениях «ДЮСШ» реализуются программы дополнительного образования детей общеразвивающей направленности и предпрофессиональные программы по видам спорта.

### **Характеристика структуры учебного плана в соответствии со структурой базисного плана**

Расчет часов и планирование исходят из продолжительности учебно-тренировочных занятий в течение 52 недель в условиях спортивной школы (для всех этапов подготовки и с традиционным началом учебного года с 1 сентября. 6 недель отводятся на переходный период (летнее время), когда работа планируется в зависимости от условий для организации централизованной подготовки в спортивном лагере или по индивидуальным планам и заданиям. Количество тренировочных дней, учебных часов (академических по 45 минут каждый для обучающихся в возрасте 7 лет и старше; для обучающихся в возрасте 4-х лет – 20 минут; 5 лет -25 минут; в возрасте 6 лет - 30 минут) рассчитывается в зависимости от этапа многолетней подготовки и спортивной квалификации обучающихся.

Учебный план «ДЮСШ» предусматривает динамику роста спортивных результатов при переходе от одного этапа подготовки к следующему и основывается на следующих показателях: возраст занимающихся, год занятий в школе; спортивный разряд, количество занятий и учебных часов в неделю, а также организационные формы занятий: распределение времени на основные разделы программы по годам обучения и в

соответствии с этапами многолетней подготовки. Организационная структура многолетней спортивной подготовки основывается на реализации следующих этапов подготовки:

- оздоровительный этап (оздоровительные группы);
- этап начальной подготовки (группы начальной подготовки);
- тренировочный этап (учебно-тренировочные группы);

1) Оздоровительные группы формируются как из вновь зачисляемых с ДЮСШ обучающихся, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта.

Основными задачами оздоровительного этапа являются:

- Расширение двигательных возможностей обучающихся;
- Формирование и совершенствование жизненно-важных двигательных умений и навыков;
- Компенсация дефицита двигательной активности детей;
- Формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

2) В группах начальной подготовки решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- повышение уровня общей физической и функциональной подготовленности обучающихся на основе занятий культивируемыми в ДЮСШ видами спорта;
- заполнение свободного времени учащихся, возможность интересно и содержательно организовать свой досуг;
- привитие интереса к занятиям спортом;
- воспитание черт спортивного характера.

3) Учебно-тренировочные группы 1-2 годов обучения с предварительной спортивной специализацией создают базис самоопределения личности через возрастные этапы функционального деятельностного образования, достаточного для самоопределения и самореализации в сферах межличностных и социальных отношений, уровня готовности к творческой деятельности и самостоятельному принятию решения в изменяющейся жизненной ситуации.

На тренировочном этапе 1-2 годов обучения решаются следующие задачи:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- овладение основами техники избранного вида спорта;
- формирование основных двигательных умений и навыков;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях в избранных видах спорта;
- уточнение спортивной специализации;
- формирование основных навыков ведения тактической борьбы в избранном виде спорта;
- приобретение навыков в организации и проведении соревнований.

Учебно-тренировочные группы 3-5 годов обучения с углубленными учебно-тренировочными занятиями в избранном виде спорта создают условия для достижения обучающимися уровня зрелости, достаточного для самоопределения и самореализации в жизни. На этом этапе решаются следующие задачи:

- совершенствование техники избранного вида спорта;

- воспитание специальных физических качеств;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение доступных тренировочных нагрузок;
- накопление соревновательного опыта в избранном виде спорта
- формирование доступного арсенала приёмов ведения тактической борьбы.

Учебный план составлен с учетом неуклонного возрастания объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется, из года в год увеличивается удельный вес специальной физической подготовки, непрерывное совершенствование спортивной техники. На всех годах обучения осуществляется постоянный контроль над уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья обучающихся. Установление количественных (и качественных) показателей позволяет определить уровень разносторонней и специальной подготовленности юных спортсменов в той мере, которая необходима для конкретного этапа подготовки, при этом учитываются индивидуальные особенности каждого обучающегося.

Учебный план ДЮСШ учитывает интересы всех участников образовательного процесса; видовые особенности учреждения, определяющие содержание, направления, уровень, формы и результативность всей деятельности учреждения.

1. Оздоровительный этап:  
29 группы; 477 учащихся; 7,48 тренерских ставок.
2. Этап начальной подготовки:  
15 групп; 218 учащихся; 5,21 тренерских ставок.
3. Тренировочный этап:  
11 групп; 90 учащихся; 15,04 тренерских ставок.

**ВСЕГО ПО МОБУ ДОД «ДЮСШ»:** учебных групп – **55**,  
учащихся в них – **785**,  
тренерских ставок - **27,70** в т.ч.  
**2,94 ставки** – увеличение часов на отделение спортивной аэробики;  
**2,77 ставки** – увеличение часов на отделение спортивной гимнастики.

**ВСЕГО СТАВОК: 27,70**

Этапы подготовки	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во уч-ся	Кол-во тренер. ставок
1	2	3	4	5
<b><i>АЭРОБИКА СПОРТИВНАЯ</i></b>				
<b>1. Оздоровительный:</b>	19	78	325	4,33
<b>2. Начальной подготовки:</b>				
-1-й год обучения	1	6	15	0,33
-2-й год обучения	1	8	13	0,44
<b>3. Тренировочный:</b>				
- 1-й год обучения	1	18	10	1,00
- 2-й год обучения	3	63	27	3,50
- 3-й год обучения	1	24	9	1,33
-4-й год обучения	1	27	7	1,50
-5-й год обучения	1	27	5	1,50
<b>по отделению:</b>	<b>28</b>	<b>251</b>	<b>411</b>	<b>13,93</b>

### ***БАСКЕТБОЛ***

<b>1. Оздоровительный:</b>	7	39	107	2,16
<b>2. Начальной подготовки:</b>				
-1-й год обучения	9	54	135	3,00
-2-й год обучения	1	8	15	0,44
<b>по отделению:</b>	<b>17</b>	<b>101</b>	<b>257</b>	<b>5,60</b>
<b><i>ГИМНАСТИКА СПОРТИВНАЯ</i></b>				
<b>1. Оздоровительный:</b>	2	12	30	0,66
<b>2. Начальной подготовки:</b>				
-1-й год обучения	1	6	15	0,33
<b>3. Тренировочный:</b>				
-2-й год обучения	1	28	10	1,55
-4-й год обучения	2	72	12	4,00
<b>по отделению:</b>	<b>6</b>	<b>118</b>	<b>67</b>	<b>6,54</b>

**БОКС**

<b>1. Начальной подготовки:</b>				
-1-й год обучения	1	6	10	0,34
<b>2. Тренировочный:</b>				
-1-й год обучения	1	12	10	0,66
<b>по отделению:</b>	<b>2</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>1,00</b>

**ШАХМАТЫ**

<b>1. Оздоровительный</b>	1	6	15	0,33
<b>2. Начальной подготовки:</b>				
-1-й год обучения	1	6	15	0,33
<b>по отделению:</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>30</b>	<b>0,66</b>

**Увеличение часов:**

На отделении спортивной аэробики		53		2,94
На отделении спортивной гимнастики		50		2,77
<b>ВСЕГО по МБУ ДО «ДЮСШ»:</b>				
	<b>55</b>	<b>500,00</b>	<b>785</b>	<b>27,70</b>

Зам. директора ДЮСШ по УВР

Донцов В.П.