



Утверждено

Приказом № 136 от 27.08.2020 года

**Учебный план
Муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детско – юношеская спортивная школа» города Волхов
на 2020 – 2021 учебный год**

**г. Волхов
2020г.**

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 игровых видах спорта.

В учебный план, согласно Типового положения и Методических рекомендаций по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации, Устава 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.

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», гандбол. 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. Уровень сложности программы, исходя из возможностей и возрастных особенностей учащихся, содержание и материал программы организованы по принципу дифференциации в соответствии со следующими уровнями сложности:

стартовый уровень - это обеспечение минимального стандарта знаний умений и навыков по овладению техники выполнения упражнений при полном контроле педагога;

базовый уровень - это углублённое изучение техники выполнения упражнений в более сложных приёмах в силовом многоборье.

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 по видам спорта 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 46 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.

Самостоятельная работа на тренировках 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 соревнования.

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:
30 групп; 483 учащихся; 6,33 тренерских ставок.
2. Этап начальной подготовки:
17 групп; 226 учащихся; 6,46 тренерских ставок.
3. Тренировочный этап:
14 групп; 140 учащихся; 10,52 тренерских ставок.

ВСЕГО ПО ДЮСШ:

- ❖ учебных групп – **61**
- ❖ учащихся в них – **849**
- ❖ тренерских ставок – **23,39**
в т.ч.
- ❖ **1,44 ставки** – из увеличения часов на отделение спортивной гимнастики.
- ❖ **ВСЕГО ЗАНЯТЫХ СТАВОК: 22,52**
- ❖ **НЕЗАНЯТЫЕ СТАВКИ: 0,83 в т.ч.:**

0,83 ставки – от тарификации учебных групп;

Этапы подготовки	Кол-во групп	Кол-во часов	Кол-во уч-ся	Кол-во тренер. ставок
1	2	3	4	5
АЭРОБИКА СПОРТИВНАЯ				
1. Оздоровительный:	22	77	363	4,28
2. Начальной подготовки:				
-1-й год обучения	4	24	60	1,33
-2-й год обучения	3	24	39	1,33
3. Тренировочный:				
-1-й год обучения	2	20	22	1,11
- 4-й год обучения	2	28	15	1,55
- 5-й год обучения	2	28	17	1,55
по отделению:	35	201	516	11,17

БАСКЕТБОЛ

1. Оздоровительный:	1	3	15	0,17
2. Начальной подготовки:				
-1-й год обучения	1	5	15	0,27
по отделению:	2	8	30	0,44

ГИМНАСТИКА СПОРТИВНАЯ

1. Оздоровительный:	3	18	45	1,00
2. Начальной подготовки:				
-1-й год обучения	1	6	15	0,33
- 2-й год обучения	1	8	12	0,44
3. Тренировочный:				
-3-й год обучения	1	12 x 2= 24	10	1,33
-4-й год обучения	1	14 x 2= 28	6	1,55
по отделению:	7	84	88	4,67

ГАНДБОЛ

1. Оздоровительный:	2	12	30	0,66
2. Начальной подготовки:				
-1-й год обучения	2	12	24	0,66
-2-й год обучения	3	24	36	1,33

3. Тренировочный:				
-1-й год обучения	3	30	36	1,66
-2-й год обучения	1	10	12	0,55
-3-й год обучения	1	12	12	0,66
по отделению:	12	100	150	5,56

БОКС

1. Начальной подготовки:				
-2-й год обучения	1	8	10	0,44
2. Тренировочный:				
-1-й год обучения	1	10	10	0,56
по отделению:	2	18	20	1,00

ШАХМАТЫ

1. Оздоровительный	2	4	30	0,22
2. Начальной подготовки:				
-1-й год обучения	1	6	15	0,33
по отделению:	3	10	45	0,55

В. т.ч.:

Увеличение часов:

На отделении спортивной гимнастики		26		1,44
ВСЕГО по ДЮСШ:				
	61	421,00	849	23,39

Зам. директора ДЮСШ по УВР

Коробова В.В.

тел. 8(81363)26348

Прошнуровано, пронумеровано и скреплено

печатью (8) восемь лист(ов)

Директор ДЮСШ г. Волхов

А. М. Васильев

