**Муниципальное учреждение дополнительного образования**

**«Вейделевская детско-юношеская спортивная школа»**

|  |  |
| --- | --- |
| «Рассмотрена»  на заседании педагогического совета  МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  протокол № 1от «29» 08.2017г. | «Утверждаю»  директор МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Вдовенко  приказ № 65/3 от «01» 09. 2017г |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**муниципального учреждения дополнительного образования**

**«Вейделевская детско-юношеская спортивная школа»**

на 2017-2018 учебный год

Вейделевка, 2017г.

Муниципальное учреждение дополнительного образования «Вейделевская детско-юношеская спортивная школа» работает с 8.00ч. до 20.00ч. Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов. (СанПиН 2.4.4.3172-14).

Занятия в секциях проводятся в любой день недели, включая воскресенье, каникулы и праздничные дни.

Продолжительность занятий в МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ зависит от возраста и года обучения.

- в группах спортивно-оздоровительной направленности, один час составляет 30 мин. для детей 6-летнего возраста, а для детей от 4 до 6 лет- один час составляет 25 мин., для детей от 6лет-45 мин.

- в группах начальной подготовки один час составляет 45 мин., продолжительность занятий не превышает 1 час 30 мин- 2 академических часа;

- в тренировочных группах- продолжительность занятий не превышает 3-х академических часов;

Тренировочные занятия на отделениях по видам спорта проводятся по дополнительным общеразвивающим программам и программам предпрофессиональной подготовки, утвержденным учреждением. Учебный план рассчитан на 46 недель тренировочных занятий в условиях спортивной школы - для предпрофессиональных программ и 39 недель – для общеразвивающих.

**Режим работы руководящих и педагогических работников:**

Административные работники-40 час.

Методист-36 часов;

Обслуживающий и технический персонал-40 часов;

Недельная нагрузка тренеров-преподавателей определяется согласно тарификации.

Административно-управленческий, учебно-вспомогательный, обслуживающий персонал работает с 08.00 до 17.00, обеденный перерыв с 12.00 до 13.00 час.

**Пояснительная записка:**

Учебный план МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ» разработан в соответствии с перечнем нормативно – правовых документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-  Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и  спорте в РФ» (ред. от 07.06.2013).

- приказ Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» ;

- приказа Минспорта РФ от 12.09.2013  № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам»;

- Федеральные стандарты спортивной подготовки.

-Устав ОУ;

-Образовательная программа ОУ.

**Цель учебного плана** - реализация образовательной программы.

Учебный план включает в себя этапы обучения:

* спортивно – оздоровительный (СО),
* начальной подготовки (НП)
* тренировочный этап (ТЭ).

Учебный план для каждой ступени обучения **определяет**:

* объем учебных часов по видам спорта.
* содержание форм работы.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика.

Расписание занятий (тренировок) составляется администрацией МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ» по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

Содержание учебно-тренировочных занятий соответствует утвержденным учебным программам по видам спорта.

МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ» проводит свой учебно-тренировочный процесс в соответствии с научно- разработанной системой многолетней спортивной подготовкой, обеспечивающей преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки спортсменов всех возрастных групп. Для обеспечения этапов многолетней спортивной подготовки МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ» использует систему спортивного отбора, включающую в себя:

-сдача контрольных нормативов с целью комплектования учебных групп;

- просмотр и отбор перспективных спортсменов на учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

Для корректировки своей деятельности учреждение использует следующие критерии:

А) на спортивно-оздоровительном этапе:

-стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся наряду с основами технических навыков в избранном виде спорта;

-уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

**Б) на этапе начальной подготовки:**

**-** стабильность состава обучающихся. Уровень потенциальных возможностей обучающихся в избранном виде спорта;

**-**динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;

**-** уровень освоения основ техники в избранном виде спора.

**В) на тренировочном этапе:**

-состояние здоровья, уровень физической подготовленности обучающихся;

-динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;

-уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;

- выполнение н6ормативов массовых спортивных разрядов.

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

СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП – учебно – тренировочный процесс осуществляется при нагрузке 6 часов в неделю, направлен на укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей, формирование стойкого интереса к занятиям спортом вообще, овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и воспитание трудолюбия, развитие физических качеств, достижение физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности. СОГ охватывают все культивируемые виды спорта. Занятия в группах СОГ позволяют привлекать в ДЮСШ разновозрастной контингент детей, решать вопросы массовости, набора и отбора учащихся, популяризировать здоровый образ жизни.

ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ –тренировочный процесс происходит в группах НП 1г.-6 часов недельной нагрузки, НП -2г. – 8-9 часов(в зависимости от вида спорта).

Задачами данного этапа являются: отбор детей для систематических занятий спортом, с учетом возраста и выявления задатков и способностей детей. Начального освоение техники и тактики выбранного вида спорта. Формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение детей к здоровому образу жизни.

Этап начальной подготовки характеризуется постепенным наращиванием объема и интенсивности физических нагрузок, воспитанием черт спортивного характера.

ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП содержит две отдельные составляющие начальной специализации (до 2 лет занятий) и углубленной (3-5 лет). Характерным является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок. Целенаправленно осуществляется работа по совершенствованию техники и тактики. Повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовки, приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях. Совершенствованием техники и развитием специальных физических качеств.

**Основные виды содержания спортивной подготовки.**

1. **Физическая подготовка включает**:

* Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособоности;
* Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.

1. **Техническая подготовка** включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.
2. **Теоретическая подготовка** проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст занимающихся и излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.
3. **Психологическая подготовка** предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.
4. **Инструкторско-судейская практика**. Одной из задач ДЮСШ является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на УТ этапе и продолжается на последующих этапах подготовки. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.
5. **Контрольно-нормативные** мероприятия проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.
6. **Соревнования**. Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
7. **Восстановительные мероприятия** используются для восстановления работоспособности учащихся ДЮСШ. Используется широкий круг средств и мероприятий педагогических, гигиенических и психологических с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсмена.
8. **Медицинское обследование**. Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

**Методическое обеспечение образовательного процесса.**

Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:

**Научно-педагогической помощи**:

разработка и внедрение образовательных учебных программ физкультурно-спортивной направленности. Участие в семинарах для тренеров-преподавателей по видам спорта с целью изучения передовых и представления собственных разработок по различным направлениям видов спорта.

**Консультативно-методической помощи:**

Проведение педагогических и тренерских советов в рамках ДЮСШ. Методические семинары и консультации с привлечением учителей физической культуры общеобразовательных школ.

Организация и проведение районных спартакиад школьников. Организация и проведение районных, областных соревнований. Аттестация тренеров-преподавателей ДЮСШ.

**Повышение квалификации:**

Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры.

Участие в соревнованиях регионального, всероссийского уровней, и в их судействе.

Участие в районных, областных конкурсах и семинарах, семинарах и курсах по судейству соревнований.

Обеспечение современной методической литературой.

Изучение правил соревнований и изменений в них.

Самовыдвижение на присвоение квалификационной категории.

Самообразование.

Участие в конкурсах учреждений дополнительного образования детей.

**Образовательные программы, реализуемые**

**в МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»**

**по возрасту обучающихся, сроку и виду программ.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Образовательная программа | Возраст обучающихся | | Срок реализации программ | Вид образовательной программы |
| БОКС  на основе Федеральных требований по виду спорта «Бокс» | 10-17 лет | 8 лет | | Дополнительная предпрофессиональная программа |
| «Точные перчатки» | 7-18 лет | | В течение всего времени | Дополнительная общеразвивающая программа |
| ДЗЮДО | 7-18 лет | | 3 года | Дополнительная общеразвивающая программа |
| ФУТБОЛ  на основе Федеральных требований по игровым видам спорта | 8-18 лет | 8 лет | | Дополнительная предпрофессиональная программа |
| ПЛАВАНИЕ | 7-18 лет | | 3 года | Дополнительная общеразвивающая программа |
| ФУТБОЛ | 7-17 лет | | В течение всего времени | Дополнительная общеразвивающая программа |
| «ВОЛЕЙБОЛ» | 7-17 лет | | В течение всего времени | Дополнительная общеразвивающая программа |
| «ПОЛИАТЛОН» | 10-17 лет | | В течение всего времени | Дополнительная общеразвивающая программа |
| «ШАХМАТЫ» | 7-17 лет | | 3 года | Дополнительная общеразвивающая программа |
| «ЮНЫЙ ШАХМАТИСТ» | 5-7 лет | | 3 года | Дополнительная общеразвивающая программа |
| «Образно-игровая ритмическая гимнастика для детей дошкольного и младшего школьного возраста» | 6-9 лет | | 3 года | Дополнительная общеразвивающая программа |

**Учебно-материальное оснащение реализуемых программ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование деятельности | Наличие |
| 1 | ФУТБОЛ | * Спортивные залы: ФОК, Викторопольской сош, Клименковской сош, Малакеевской сош, Ровновской оош (по договору), стадион п. Викторополь, спорт. площадка «Газпром-детям», * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебные программы; * Методическое обеспечение |
| 2 | Волейбол | * Спортивный зал Викторопольской сош, Закутчанской сош (по договору). * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебные программы; * Методическое обеспечение |
| 3 | БОКС | * Спортивные залы: ДЮСШ, Зенинская сош (по договору) * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебный программы; * Методическое обеспечение |
| 4 | ДЗЮДО | * Спортивный зал ДЗЮДО, Должанская сош (по договору); * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебный программы; * Методическое обеспечение |
| 5 | Шахматы | * Шахматный клуб ДЮСШ, ДОУ «Радуга» * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебный программы; * Методическое обеспечение |
| 7 | Плавание | * Бассейн «Аквамарин»- по договору. * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебный программы; * Методическое обеспечение |
| 8 | Полиатлон | * Спортивные залы: МОУ «Закутчанская сош», МОУ «Николаевская сош», МОУ «Белоколодезская сош» – по договору * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебный программы; * Методическое обеспечение |
| 9 | ОФП (дошкольники) | * МДОУ «Детский сад №1 п. Вейделевка» -по договору * Спортивный инвентарь и оборудование * Учебный программы; * Методическое обеспечение |

|  |  |
| --- | --- |
| «Рассмотрен»  на заседании педагогического совета  МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  протокол №1 от «29» 08. 2017г. | «Утверждаю»  директор МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Вдовенко  приказ № 65/3 от «01» 09. 2017г. |

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп отделения «Футбол» Вейделевской ДЮСШ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Годы подготовки  Содержание занятий | | Учебные группы | | | | | | | | |
| СОГ | начальная подготовка | | | учебно – тренировочные группы | | | | |
| **1** | **2** | **3** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| I. | Теоретические сведения | 8 | 8 | 16 | 16 | 18 | 18 | 35 | 35 | 35 |
| II. | Практические занятия |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. | Общая физическая подготовка | 96 | 52 | 67 | 70 | 82 | 82 | 02 | 92 | 132 |
| 2. | Специальная физическая подготовка | 33 | 28 | 50 | 55 | 77 | 77 | 90 | 104 | 120 |
| 3. | Техническая подготовка | 52 | 94 | 93 | 125 | 148 | 148 | 170 | 190 | 216 |
| 4. | Тактическая подготовка | 13 | 27 | 56 | 62 | 71 | 71 | 83 | 102 | 112 |
| 5. | Интегральная подготовка | 22 | 61 | 80 | 80 | 127 | 127 | 141 | 155 | 153 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика |  | - | - | - | 6 | 6 | 10 | 12 | 14 |
| 7. | Текущие и контрольные испытания, КПН | 10 | 4 | 4 | 4 | 15 | 15 | 15 | 32 | 32 |
| 8. | Восстановительные мероприятия - | - | - | - | - | 6 | 6 | 7 | 8 | 18 |
| 9. | Самостоятельная работа |  | 36 | 48 | 54 | 66 | 66 | 77 | 88 | 90 |
| 10. | Медицинское обследование |  | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 11. | Участие в соревнованиях |  |  |  |  | 6 | 6 | 6 | 12 | 12 |
|  | **Итого:** | **234** | **312** | **416** | **468** | **624** | **624** | **728** | **832** | **936** |

|  |  |
| --- | --- |
| «Рассмотрен»  на заседании педагогического совета  МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  протокол №1 от «29» 08. 2017г. | «Утверждаю»  директор МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Вдовенко  приказ № 65/3 от «01» 09. 2017г. |

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп отделения «БОКС»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Разделы подготовки** | **Учебные группы** | | | | | | | | |
| **СОГ** | **Начальная**  **подготовка** | | | **Тренировочные группы** | | | | |
| **1 г.** | **2 г.** | **3г** | **1г.** | **2г.** | **3г.** | **4г.** | **5г** |
| **1** | Теория и методика физической культуры и спорта | **8** | **20** | **22** | **22** | **35** | **39** | **37** | **69** | **79** |
| **2** | Общая физическая  подготовка | **96** | **99** | **108** | **108** | **110** | **114** | **125** | **136** | **147** |
| **3** | Тактико-техническая  подготовка | **65** | **92** | **144** | **144** | **160** | **212** | **225** | **235** | **245** |
| 4 | СФП | **51** | **59** | **88** | **88** | **128** | **158** | **224** | **228** | **287** |
| 5 | Участие в  соревнованиях | - | **-** | **-** | **-** | **6** | **6** | **6** | **12** | **12** |
| 6 | Медицинское  обследование | - | **2** | **2** | **2** | **2** | **2** | **2** | **2** | **2** |
| 7 | Инструкторская и  судейская практика | - | **-** | **-** | **-** | **6** | **6** | **10** | **12** | **14** |
| 8 | Контрольно- переводные, отборочные испытания | 4 | **4** | **4** | **4** | **15** | **15** | **15** | **42** | **42** |
| **9** | Количество ауд. занятий | **117** | **156** | **368** | **368** | **460** | **552** | **644** | **736** | **828** |
| **10** | Самостоятельная работа | **10** | **36** | **48** | **48** | **54** | **66** | **77** | **88** | **90** |
| **11** | Восстановительные  мероприятия | - | - | - | - | 6 | 6 | 7 | 8 | 18 |
|  | **Всего за год** | **234** | **312** | **416** | **416** | **520** | **624** | **728** | **832** | **936** |

|  |  |
| --- | --- |
| «Рассмотрен»  на заседании педагогического совета  МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  протокол №1 от «29» 08. 2017г. | «Утверждаю»  директор МУ ДО «Вейделевская ДЮСШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Вдовенко  приказ № 65/3 от «01» 09. 2017г. |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**групп отделения «Дзюдо»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Разделы  подготовки | СОГ | гнп 1 | гнп 2 | утг 1 | утг 2 | утг 3 | утг 4 | утг 5 |
| 1 | Теоретическая подготовка. | **6** | **6** | **6** | **7** | **22** | **29** | **26** | **24** |
| 2 | Общая  физическая  подготовка. | **160** | **178** | **249** | **168** | **252** | **173** | **182** | **252** |
| 3 | Специальная  физическая  подготовка. | **30** | **60** | **90** | **102** | **150** | **208** | **168** | **300** |
| 4 | Технико-  Тактическая  подготовка. | **30** | **60** | **113** | **235** | **176** | **268** | **398** | **332** |
| 6 | Инструкторская  и судейская  практика. | **-** | **-** | **-** | **-** | **4** | **14** | **10** | **6** |
| 8 | Зачетные требования | **4** | **4** | **6** | **4** | **8** | **8** | **8** | **8** |
| 9 | Восстанови  тельные  мероприятия. | **-** | **-** | **-** | **-** | **8** | **24** | **36** | **10** |
| 10 | Медицинское обследование. | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** | **4** |
|  | Общее количество  часов. | **234** | **312** | **468** | **520** | **624** | **728** | **832** | **936** |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Спортивно-оздоровительных групп (плавание, полиатлон, волейбол) на 2017-2018 учебный год**

|  |  |
| --- | --- |
| группа  кол-во часов в неделю | СОГ  6 час |
| количество часов в год | 234 |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**групп спортивно – оздоровительной направленности отделения**

**«шахматы»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № раздела и темы | Название разделов и тем | Кол-во часов | | |
| Теория | Практика | Всего |
| 1 | Техника безопасности | 2 | - | 2 |
| 2 | История шахмат | 2 | - | 2 |
| 3 | Шахматная нотация | 2 | 8 | 10 |
| 4 | Первоначальные понятия | 12 | 32 | 44 |
| 5 | Правила шахмат | 2 | - | 2 |
| 6 | Дебют | 6 | - | 6 |
| 7 | Эндшпиль | 6 | - | 6 |
| 8 | Решение задач | - | 64 | 64 |
| 9 | Внутригрупповые турниры | - | 96 | 96 |
| 10 | Контрольные  работы | - | 2 | 2 |
|  | Итого: | 72 | 162 | 234 |