ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К УЧЕБНОМУ ПЛАНУ

МБОУДО «ДЮСШ» ЕР

Учебный план муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеской спортивной школы» Егорлыкского района составлен на основе Федерального Закона "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12. 2012 № 273-ФЗ); Областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области», Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, Приказа Минобрнауки России от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программа»; Приказ министерства спорта РФ от 27 декабря 2013 г. № 1125 "Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта"; приказа минобразования Ростовской области от 01.03.2016 №115 «Об утверждении региональных рекомендаций к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам»; Устава МБОУДО «ДЮСШ» ЕР – соответствует типовому и является основным документом.

Учебный план отражает специфику спортивной школы, стремясь максимально реализовать принцип разноуровневой подготовленности. В него заложены следующие ступени развития:

* ГСС - группы спортивного совершенствования.
* УТГ – учебно-тренировочные группы.
* ГНП – группы начальной подготовки.
* СОГ – спортивно-оздоровительные группы.

При разработке учебного плана учитывается недельная нагрузка на обучающихся по годам обучения. Здесь же прослеживается количество часов на все группы в год. Требования к уровню подготовки учащихся включает в себя виды знания: теоретическая и практическая и обязательный конечный результат – участие в соревнованиях.

Количественный состав обучающихся спортивной школы в учебном плане зависит от:

- муниципального заказа;

- наличия материально технической базы;

- от спроса на образовательную услугу;

- наличие квалифицированных кадров;

- в зависимости от финансирования.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно – тренировочные и теоретические занятия, медико - восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика обучающихся.

Расписание занятий (тренировок) составляется администрацией спортивной школы по представлению тренера-преподавателя в целях более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучение в общеобразовательных и других учреждениях.

Начало учебного года – 1 сентября. Окончание учебного года– 31 августа, согласно утвержденному календарному плану спортивно-массовых и организационно – методических мероприятий. Спортивная школа организует работу с обучающимися в течение календарного года. Начало и окончание учебного года зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных соревнований, периодизации спортивной подготовки и устанавливается администрацией для каждого спорта индивидуально.

На протяжении всего периода обучения, в спортивной школе обучающиеся проходят несколько возрастных этапов, на каждом из ко­торых предусматривается решение определенных задач. Общая на­правленность многолетней подготовки юных спортсменов от этапа к этапу следующая:

* постепенный переход от обучения элементарным приемам и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей;
* переход от общеподготовительных средств к наиболее специа­лизированным;
* увеличение собственно соревновательных упражнений в процес­се подготовки;
* увеличение объема тренировочных нагрузок;
* повышение интенсивности занятий и, следовательно, исполь­зование восстановительных мероприятий для поддержания не­обходимой работоспособности и сохранения здоровья юных спортсменов.

***Задачи спортивно-оздоровительного этапа***

1.Привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям спортом.

2.Утверждение здорового образа жизни.

3.Всестороннее гармоническое развитие физических способнос­тей, укрепление здоровья, закаливание организма.

4.Овладение основами спортивной дисциплины.  
 ***Задачи этапа начальной подготовки***

1. Отбор способных к занятиям спортом детей.
2. Формирование стойкого интереса к занятиям.
3. Всестороннее гармоническое развитие физических способнос­тей, укрепление здоровья, закаливание организма.
4. Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками спортивной дисциплины.
5. Обучение основным приемам техники и тактическим дей­ствиям.
6. Привитие навыков соревновательной деятельности в соответ­ствии с правилами избранного вида спорта.

***Общие задачи учебно-тренировочного этапа***

1. Повышение общей физической подготовленности (особенно гибкости, ловкости, скоростно-силовых способностей).
2. Совершенствование специальной физической подготовленно­сти.
3. Овладение всеми приемами техники на уровне умений и навы­ков.
4. Овладение индивидуальными и групповыми тактическими дей­ствиями.
5. Индивидуализация подготовки.
6. Начальная специализация. Определение игрового амплуа(для игровых видов спорта).
7. Овладение основами тактических действий.
8. Воспитание навыков соревновательной деятельности по виду спорта.
9. Приобретение навыков инструкторско-судейской практики.

Весь период подготовки на учебно-тренировочном этапе можно разделить еще на два по некоторой общности задач.

***Задачи начальной специализации***

(1-2-й годы)

1.Воспитание физических качеств: быстроты, гибкости, ловко­сти и специальной тренировочной выносливости.

1. Обучение приемам («школа» техники), совершенствова­ние их в тактических действиях.
2. Обучение тактическим действиям (в основном индивидуальным и групповым) и совершенствование их. Вы­полнение различных функций во взаимодействиях.
3. Приобщение к соревновательной деятельности. Участие в пер­венстве района, области.

***Задачи углубленной специализации***

(3-5-й годы)

5. Воспитание физических качеств: силы, быстроты, специальной тренировочной и соревновательной выносливости. Обучение приемам, совершенствование их и ранее изу­ченных в условиях, близких к соревновательным. Обучение индивидуальным и групповым действиям, совершен­ствование их и ранее изученных в различных комбинациях и системах.

6. Воспитание умения готовиться и участвовать в соревновани­ях (настраиваться, регулировать эмоциональное состо­яние, во время соревнований независимо от их исхода, про­водить комплекс восстановительных мероприятий).

(для игровых видов спорта) Обучение индивидуальным и групповым действиям, совершен­ствование их и ранее изученных в различных комбинациях и системах нападения и защиты. Специализация по амплуа. Совершенствование приемов игры и тактических действий с учетом индивидуальных особеннос­тей и игрового амплуа.

***Общие задачи этапа спортивного совершенствования***

1. Дальнейшее повышение спортивного мастерства на основе совершенствования общей и специальной подготовленности до уровня требований сборных команд.
2. Прочное овладение базовой техникой и тактикой.
3. Совершенствование индивидуальной техники и тактики.
4. Повышение стабильности выступлений на соревнованиях.
5. Освоение повышенных тренировочных нагрузок и накопление соревновательного опыта.
6. Подготовка спортсменов высокой квалификации, резерва сборных команд.

Учебно-тренировочные занятия в отделениях по видам спорта спортивной школы проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель – в условиях спортивно-оздоровительной работы на период их активного отдыха.

Рекомендуется для подготовки обучающихся в личных и командных видах спортивных дисциплин, в том числе по игровым видам спорта, организовывать учебно-тренировочные сборы продолжительностью до 12 дней перед проведением муниципальных, региональных соревнований и до 18 дней – перед проведением всероссийских и международных соревнований, а также спортивно-оздоровительные сборы до 21 дня.

**Основные особенности организации учебно-тренировочного и воспитательного процесса**

**Режим работы МБОУДО «ДЮСШ» ЕР.**

|  |
| --- |
|  |
| Продолжительность: | Спортивно-оздоровитель  ный | Начальной подготовки | Учебно-тренировоч  ный | Спортивного совершенст  вования |
| -этапа подготовки | Весь период | 3 года | 5 лет | 3 года |
| - учебной недели | до 6 часов | 6-8-9 часов | 12-18 часов | 20-24-28 часов |
| -учебно-тренировочного занятия | 2 часа | 2-3 часа | 3 часа | 3-4 часа |
| Периодичность и формы проведения промежуточной аттестации | Контрольные нормативы  2 раза в год | Контрольные нормативы  3 раза в год | Контрольные нормативы 3 раза в год, участие в соревнованиях | Контрольные нормативы 3 раза в год, участие в соревнованиях |

1. Учебно-тренировочные занятия в ДЮСШ с 08.00 до 20.00 часов. Расписание занятий (тренировок) составляется администрацией спортивной школы по представлению тренера-преподавателя в целях более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучение в общеобразовательных учреждениях.

Перерыв на уборку, санитарные мероприятия с 11.45 до 13.30 перед началом каждого занятия 5-10 минут (теоретические занятия) – проветривание помещения, санитарная пятиминутка.

2. Продолжительность одного занятия в группах спортивно-оздоровительной направленности и начальной подготовки не должна превышать 2 академических часов в одно занятие, в учебно-тренировочных группах – 3 академических часов при не менее чем 4-разовых тренировочных занятиях; в группах, где нагрузка составляет 20 часов в неделю и более, – 4 академических часов, а при 2-разовых занятиях в день – 3 академических часов.

3.Учебный год в спортивной школе начинается с 1 сентября, в основном зачисление в группы спортивно-оздоровительной и начальной подготовки проходит с 1 июня по 30 сентября.

4.Тренировочный процесс проходит в течение всего учебного года, включая каникулы, выходные и праздничные дни.

Большое значение в работе школы имеют пожелания и запросы родителей и обучающихся, которые постоянно учитываются тренерами-преподавателями и администрацией при составлении расписания.

Тренировочный процесс осуществляется в соответствии с расписанием по группам, первый вариант которого составляется на учебный год до 30 августа, окончательный - до 15сентября и утверждается директором.

В течение учебного года допускается корректировка учебного плана и расписания в связи с производственной необходимостью. Учебный план может быть откорректирован до 1 октября текущего года. В случае создания новых отделений, видов спорта, корректировка может быть внесена в любой другой период года (1 раз в четверть, полугодие, иные периоды). (Об утверждении региональных рекомендаций к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобразования Ростовской области от 01.03.2016 г. № 115)

Обучение осуществляется по образовательной программе физкультурно-спортивной направленности, которая ведется по видам спорта: «Гандбол», «Футбол», «Греко-римская борьба», «Волейбол», «Дзюдо» и спортивно-оздоровительные группы.

Сроки реализации программ зависят от поставленных целей и объема содержания. Для достижения высоких результатов и оказания качественных услуг дополнительного образования срок реализации программ должен быть не менее 3 лет.

Сроки реализации программ ДЮСШ по этапам подготовки:

- спортивно-оздоровительный этап – весь период;

- начальной подготовки – до 3 лет;

- учебно-тренировочный: - этап начальной специализации – до 2 лет;

- этап углубленной специализации – до 3 лет.

-спортивного совершенствования – от года до 3 лет.

(Приказ Минобразования Ростовской области от 01.03.2016 № 115 «Об утверждении региональных рекомендаций к регламентации деятельности образовательных организаций Ростовской области, осуществляющих образовательную деятельность по дополнительным общеобразовательным программам» п.6.3. (6.3.2))

5. Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяются с учетом техники безопасности в соответствии с образовательной программой по виду спорта.

При отсутствии в утвержденной образовательной программе нормативов по наполняемости учебных групп и максимальному объему учебно-тренировочной нагрузки рекомендуется придерживаться параметров, приведенных в *таблице:*

* **Наполняемость учебных групп**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Этап подготовки | | Период обучения (лет) | | Мини-мальная наполняе-мость групп (человек) | Максимальный объем учебно-тренировочной работы (часов в неделю) | | |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | 5 | | |
| 1. | Спортивно-оздоровительный | | весь период | | 15 | до 6 | | |
| 2. | Начальный | | до года | | 15/14 | 6 | | |
| свыше года | | 14 | 8/9 | | |
| 3. | | Учебно-тренировочный | | до 2 лет | 14 | | 12 |
| свыше 2 лет | 14/12 | | 18 |
| 2. | | Спортивного  совершенствования | | до 1 года | 12/8 | | 20/24 |
| свыше 1 года | 12/6 | | 28 |

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

7. При объединении в 1 группу занимающихся, разных по возрасту и спортивной подготовленности, разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать 2 разрядов, а их количественный состав на этапе; спортивного совершенствования – 10 человек; учебно-тренировочном – 12 человек с учетом правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

8. Перевод обучающихся (в том числе досрочно) в группу следующего года обучения или этапа спортивной подготовки рекомендуется проводить в соответствии с решением педагогического совета на основании стажа занятий, выполнения контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки.

9. Обучающимся, не выполнившим предъявляемые требования, рекомендуется предоставлять возможность продолжить обучение повторно на том же этапе или в спортивно-оздоровительных группах.

**Обеспеченность образовательного процесса образовательными программами**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п\п | Наименование вида спорта | Название программы |
| 1 | 2 | 3 |
| 1. | Гандбол | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для спортивно-оздоровительных групп (срок реализации – 12 лет, для обучающихся 6-18 лет);  Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа по гандболу (срок реализации – 10 лет, для обучающихся 9-18 лет);  Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по гандболу (срок реализации – 10 лет, для обучающихся 9-18 лет); |
| 2. | Футбол | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по футболу (срок реализации – 12 лет, для обучающихся 6-18 лет);  Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа по футболу (срок реализации – 11 лет, для обучающихся 8-18 лет);  Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по футболу (срок реализации – 11 лет, для обучающихся 8-18 лет); |
| 3. | Греко-римская борьба | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для спортивно-оздоровительных групп по греко-римской борьбе (срок реализации – 3 года, для обучающихся 7-9 лет);  Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа по греко-римской борьбе (срок реализации – 8 лет, для обучающихся 10-18 лет);  Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по греко-римской борьбе (срок реализации – 7 лет, для обучающихся 10-17 лет); |
| 4. | Дзюдо | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для спортивно-оздоровительных групп по борьбе дзюдо (срок реализации – 9 лет, для обучающихся 9-18 лет);  Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа по борьбе дзюдо (срок реализации – 8 лет, для обучающихся 10-18 лет);  Дополнительная общеобразовательная программа спортивной подготовки по борьбе дзюдо (срок реализации – 8 лет, для обучающихся 10-18 лет); |
| 5. | Волейбол | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для спортивно-оздоровительных групп по волейболу (срок реализации – 9 лет, для обучающихся 9-18 лет); |