

**Муниципальное бюджетное учреждение
Дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа Камешкирского района»**

Принят на заседании
педагогического совета
Протокол № 7
от « 30 » августа 2024г



Утверждаю:
директор МБУ ДО
«ДЮСШ Камешкирского района»
 Н.Г.Макарова
Приказ № 88/1 от 30 августа 2024г

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2024 - 2025 учебный год

**с. Русский Камешкир
2024г**

Пояснительная записка к учебному плану

Учебный план Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско - юношеская спортивная школа Камешкирского района» составлен в соответствии с:

Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 № 273 - ФЗ;

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09. 2020 № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (вместе с СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...)

Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 08.08.2024) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2024), статья 84. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта.

Приказом Министерства спорта российской федерации от 30 мая 2023 г. n 392 о внесении изменений в особенности организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки, утвержденные приказом Мин спорта России от 03.08. 2022 № 634.

Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226).

Приказом Министерства спорта российской федерации от 27 января 2023 г. n 57 об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки

- Лицензией: регистрационный № ЛО35-0221-58/00205148 от 11. 10. 2016 года;
- Уставом Учреждения;
- Локальными актами Учреждения
- Инструкциями по технике безопасности при проведении учебных занятий по видам спорта: футболу, лыжным гонкам, боксу, настольному теннису, шахматам, шашкам, волейболу, общефизической подготовке, фитнесу;
- Инструкцией по противопожарной безопасности;
- Инструкцией по охране труда при проведении спортивных соревнований;
- Правовыми актами органов местного самоуправления
- Локальными нормативными актами, регулирующими деятельность Учреждения.

Учебный год начинается 2 сентября 2024 года, возраст обучающихся с 5 до 18 лет, продолжительность учебного года в соответствии с годовым календарным учебным

графиком (36недель). Режимы образовательного процесса и наполняемость учебных групп по видам спорта устанавливается с учётом техники безопасности в соответствии с видом спорта на каждом этапе подготовки и периода обучения в соответствии с нормативными документами в сфере образования, физической культуры и спорта и нормативов СанПин. Тренировочные занятия проходят согласно утвержденному расписанию занятий с 13-00 до 21-00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21-00 ч.

1. Цели и задачи образовательного процесса

1.1 Цели:

- обеспечение здорового образа жизни учащихся;
- формирование знаний о физической культуре и спорте;
- привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- реализация дополнительных образовательных общеразвивающих программ и услуг по физическому воспитанию;
- физическое, нравственное и интеллектуальное самосовершенствование в интересах личности, общества и государства.

1.2. Задачи:

- обеспечение необходимых условий для укрепления здоровья в возрасте преимущественно от 5 до 18 лет;
- формирование общей и физической культуры;
- организация содержательного досуга;
- удовлетворение потребности детей в занятиях физической культурой и спортом;
- ведение работы по привлечению максимально возможного количества учащихся к систематическим занятиям культивируемыми видами спорта, физической культурой;
- оказание всесторонней помощи общеобразовательным школам в организации спортивно-массовой работы;
- формирование здорового образа жизни;
- развитие физических, интеллектуальных и нравственных качеств;
- достижение спортивных успехов;
- развитие разных видов спорта в районе;
- подготовка резерва спортсменов района для сборных команд области и России.

2. Структура учебного плана

2.1 Учебный план отражает организацию учебно-тренировочного процесса по трем направлениям:

- 1 направление - спортивные игры (мини - футбол, футбол, настольный теннис, волейбол);
- 2 направление - единоборства (бокс, лыжные гонки);
- 3 направление - интеллектуальное (шахматы и шашки)

2.2. Многолетняя спортивная подготовка учащихся осуществляется:

- в группах общей физической подготовки (ОФП) – 1год;
- в спортивно – оздоровительных группах (СОГ) - 1 год;

- в группах начальной подготовки (ГНП) - 2 года;
- в учебно-тренировочных группах (УТГ) - 3 года;
- в группах спортивного совершенствования (ГСС) - 1 год

Период обучения составляет от 2^х до 6 лет и включает в себя:

2.2.1 Этап общей физической подготовки – принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Критерием эффективной работы на данном этапе подготовки являются:

- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены, физической культуры и навыков самоконтроля.

2.2.2. Этап спортивно-оздоровительной подготовки – принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Критерием эффективной работы на данном этапе подготовки являются:

- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

2.2.3. Этап начальной подготовки – принимаются желающие, не имеющие медицинских противопоказаний в установленном для вида спорта минимальном возрасте.

Задачи на спортивно-оздоровительном этапе и начальной подготовки – организация содержательного досуга средствами спорта, систематические занятия спортом, направленные на развитие личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, привитие навыка гигиены и самоконтроля.

Критерием эффективной работы на данном этапе подготовки являются:

- стабильность состава воспитанников;
- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта;
- динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности.

2.2.4. Этап учебно-тренировочной подготовки – зачисляются только практически здоровые дети, прошедшие необходимую подготовку в группах начальной и спортивно-оздоровительной подготовки при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных учебными программами.

Задачи на учебно-тренировочном этапе - повышение уровня физического развития, общей физической и специальной подготовленности, выполнение должных норм в виде спорта, исходя из индивидуальных особенностей занимающихся, профилактика вредных привычек и правонарушений.

Критерием эффективной работы на данном этапе подготовки являются:

- 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 выбранному виду спорта;
- выполнение нормативов массовых спортивных разрядов.

2.2.5. Этап спортивного совершенствования – зачисляются воспитанники, выполнившие нормативы «кандидат в мастера спорта» или первого спортивного разряда (для игровых видов спорта), на основании медицинского заключения.

Задачи на этапе спортивного совершенствования - специализированная подготовка перспективных спортсменов в целях достижения стабильных результатов.

Критерием эффективной работы на данном этапе подготовки являются:

- уровень общего и специального физического развития воспитанников;
- динамика спортивных достижений, результаты выступлений в официальных региональных и всероссийских соревнованиях;
- зачисление воспитанников спортивной школы, в училища олимпийского резерва и школы высшего спортивного мастерства.

2.2.6. Для обеспечения этапов многолетней спортивной подготовки Учреждение использует систему спортивного отбора, включающую в себя:

- сдачу контрольных нормативов с целью комплектования учебных групп;
- просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

3. Типы и виды образовательных программ

Содержание обучения определяются дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами, составленными на основе типовых государственных образовательных программ по футболу, боксу, лыжным гонкам, настольному теннису, шахматам, шашкам, волейболу и другим спортивным направлениям.

Основные виды содержания спортивной подготовки.

1. Физическая подготовка включает:

- Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;
- Спортивно-оздоровительную подготовку (СОП), направленную на самоопределение в области спортивного направления;
- Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.

2. Техническая подготовка включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.

3. Тактическая подготовка проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст обучающихся. Излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.

4. Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.
5. Интегральная подготовка - развитие умения использовать все полученные знания и умения во время тренировки и состязаний.
6. Контрольно-нормативные мероприятия проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.
7. Соревнования. Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий ДЮСШ, района, области и Федерации
8. Восстановительные мероприятия используются для восстановления работоспособности обучающихся ДЮСШ.
Используется широкий круг средств и мероприятий педагогических, гигиенических и психологических с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсмена.
9. Медицинское обследование. Проводится вне сетки часов, два раза в год (сентябрь, январь). В задачи контроля входят: диагностика спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

4. Продолжительность учебного года включает

- 4.1. 36 учебных недель (с 02.09.24г. по 31.05.25 г.)
- 4.2. 7 недель в летнее время – самостоятельное поддержание спортивной формы учащимися в период ежегодного отпуска тренера – преподавателя.
- 4.3. 3 недели в августе – учебно-тренировочные сборы.

5. Методическое обеспечение образовательного процесса.

Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:

5.1. 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.

5.2. Консультативно-методической помощи:

Проведение тренерских советов в рамках МБУ ДО «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 МБУ ДО «ДЮСШ».

5.3. Повышение квалификации:

Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры.

Участие в соревнованиях муниципального, 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.

Учебный план

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско - юношеская спортивная школа Камешкирского района»
на 2024-2025 учебный год

Наименование отделения	Учебная группа					Всего часов
	Общая физическая подготовка (ОФП) (количество часов)	Спортивно- оздоровитель ный этап (СО) (кол-во часов)	начальной подготовки (НП) (кол-во часов)	учебно- тренировоч ной подготовки (УТП) (кол- во часов)	специальная физическая подготовка (СФП) (кол-во часов)	
1	2	3	4	5	6	7
бокс 1 группа			9			18
2 группа				9		
лыжные гонки 1 группа				12		12
Футбол 1 группа				6		51
2 группа				6		
3 группа				6		
4 группа		6				
5 группа			6			
6 группа				6		
7 группа				6		
8 группа				9		

Шашки 1 группа			6			18
Шахматы 1 группа			6			
2 группа			6			
Н.теннис 1 группа 2 группа			3	6		9
ОФП 1 группа	1,5					12
2 группа	1,5					
3 группа	1,5					
4 группа	1,5					
5 группа		1,5				
6 группа		1,5				
7 группа		1,5				
8 группа		1,5				
Волейбол 1 группа				9		9
Фитнес 1 группа			6			6
Итого: часов групп	6ч. 4гр.	12ч. 5гр.	42ч. 7гр.	75ч. 9гр.		135ч. 25гр.
вакансия	нет	нет	нет	нет	нет	нет

Директор _____ / Н.Г.Макарова

