

Принято на заседании
педагогического совета
МКУ ДО ДЮСШ «Ника» ЛМОСК
(протокол от 30.08.2021 года № 1)

Утверждаю:

Директор МКУ ДО ДЮСШ «Ника»
ЛМОСК
В.В.Бойко
2021 год



Приложение 1
к приказу МКУ ДО ДЮСШ «Ника»
ЛМОСК от 01.09.2021 года № 171 -од

Учебный план
муниципального казенного учреждения
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа «Ника»
Левокумского муниципального округа Ставропольского края
на 2021-2022 учебный год

с. Левокумское,

Пояснительная записка к учебному плану муниципального казенного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Ника» Левокумского муниципального округа Ставропольского края
на 2021-2022 учебный год

Настоящий учебный план разработан в соответствии и с учетом основных положений и требований Федерального Закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального закона № 329-ФЗ от 04.12.2007 года «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями), приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 196 от 03.12.2018 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 года Министерства образования и науки Российской Федерации, постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Санитарные правила. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СП 2.4. 3648-20) и Устава муниципального казенного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Ника» Левокумского муниципального округа Ставропольского края (далее - образовательная организация).

Образовательная организация осуществляет образовательную деятельность на основании лицензии на осуществление образовательной деятельности регистрационный номер 5037 от 05 сентября 2016 года серия 26 Л 01, № 0001287, выданной министерством образования и молодежной политики Ставропольского края, срок действия лицензии - бессрочно. В образовательной организации культивируются виды спорта: тяжелая атлетика, пауэрлифтинг, футбол, вольная борьба, волейбол, баскетбол, настольный теннис, спортивные танцы, дзюдо, спортивная акробатика, рукопашный бой, бокс, плавание, легкая атлетика, бадминтон, адаптивная физкультура.

При разработке учебного плана соблюдается принцип преемственности между дополнительными общеобразовательными программами, этапами обучения, учитывая материально-технические условия, кадровое обеспечение, краевой календарный план проведения соревнований и календарь спортивно-массовых мероприятий образовательной организации.

Образовательная организация реализует дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы и дополнительные общеобразовательные предпрофессиональные программы. Каждая дополнительная общеобразовательная программа представляет собой локальный нормативный документ, включающий в себя следующие структурные элементы:

- пояснительная записка;
- нормативная часть программы (учебный план);
- методическая часть;
- система контроля и зачетных требований;
- перечень информационного обеспечения программы.

Тренировочный процесс в образовательной организации ведется в соответствии с учебным планом по общеразвивающим и дополнительным предпрофессиональным программам.

Учебный план является основным финансовым документом, по которому ведется работа тренеров-преподавателей с обучающимися, на основе которого составляется тарификация и выполняет следующие функции:

1. Обеспечивает права обучающихся на дополнительное образование;
2. Удовлетворяет образовательные потребности обучающихся и их родителей (законных представителей).

Учебный план ориентирован на решение следующих задач:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности; подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Форма организации обучения согласно устава - тренировочная группа.

Образовательная организация работает в режиме шестидневной рабочей недели. Режим работы с 8-00 часов и заканчиваются не позднее 20-00 часов. Для учащихся в возрасте 16 - 18 лет допускается окончание занятий в 21-00 часов.

Занятия проводятся в любой день недели, включая воскресенье и школьные каникулы общеобразовательных организаций. Режим занятий в течение дня и недели определяется расписанием, утвержденным директором.

2021-2022 учебный год начинается для штатных работников с 01.09.2021 года, для тренеров-преподавателей, работающих по совместительству с 01.09.2021 года. Продолжительность учебного года составляет 46 недель. Учебный план строится из расчета 40 недель непосредственно в условиях спортивной базы образовательной организации (в учебном году), 6 недель в режиме лагеря с дневным пребыванием детей на базе образовательной организации (в летнее каникулярное время) и по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха.

Структура учебного плана позволяет определить все составляющие учебного процесса: направленность, названия образовательных программ, количество учебных часов, число обучающихся, групп и часов по годам обучения, год обучения и часовую нагрузку на каждую тренировочную группу, годовую часовую нагрузку каждого тренера-преподавателя.

Корректировка учебного плана может производиться образовательной организацией в случае:

- изменения режима работы образовательной организации;
- увольнения тренера-преподавателя;
- длительной болезни тренера-преподавателя;
- приема на работу нового тренера-преподавателя (при наличии вакансии);
- в связи с уменьшением количества детей (закрытие группы из-за недобора).

В случаях вынужденного отсутствия на рабочем месте тренера-преподавателя (болезнь, длительная командировка и т.п.) выполнение учебного плана может быть обеспечено следующим образом:

- заменой тренера-преподавателя;
- уплотнением учебного материала за счет часов повторения и практики;
- за счет снятия менее значимых тем.

Основными формами организации тренировочного процесса являются:

1. Групповые и индивидуальные, практические и теоретические занятия;
2. Работа по индивидуальному планированию;
3. Участие в соревнованиях и иных мероприятиях;
4. Судейская практика (тренировочный этап);
5. Прохождение медосмотра.

Дополнительные общеобразовательные программы разрабатываются по этапам и периодам подготовки:

Спортивно-оздоровительный этап: удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья обучающихся; формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации; выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

Этап начальной подготовки (периоды: до одного года; свыше одного года):

выявление задатков и способностей обучающихся; освоение основ техники в избранном виде спорта; содействие гармоничному формированию растущего организма; выявление и поддержка учащихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

Тренировочный этап (этап спортивной специализации) (периоды: начальная специализация; углубленная специализация).

удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом; закрепление культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья обучающихся; совершенствование техники в избранном виде спорта; развитие специальных физических качеств; повышение уровня физической подготовленности; совершенствование соревновательной практики.

Ожидаемые результаты:

1. Результатом освоения образовательной программы является:

1.1. В предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для базового уровня:

знание истории развития спорта;

знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе;

знание основ законодательства в области физической культуры и спорта;

знания, умения и навыки гигиены;

знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;

знание основ здорового питания;

формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

В предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для углубленного уровня:

знание истории развития избранного вида спорта;

знание значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого качества жизни;

знание этических вопросов спорта;

знание основ общероссийских и международных антидопинговых правил;

знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта, а также условий выполнения этих норм и требований;

знание возрастных особенностей детей и подростков, влияния на спортсмена

занятий избранным видом спорта;

знание основ спортивного питания.

1.2. В предметной области «общая физическая подготовка» для базового уровня:

укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;

повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;

развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта; формирование двигательных умений и навыков;

освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;

формирование социально-значимых качеств личности;

получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);

приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

В предметной области «общая и специальная физическая подготовка» для углубленного уровня:

укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;

повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы специальной физической подготовки;

развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по избранному виду спорта;

специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий избранным видом спорта.

1.3. В предметной области «основы профессионального самоопределения» для углубленного уровня:

формирование социально-значимых качеств личности;

развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе);

развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии;

приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся;

приобретение опыта проектной и творческой деятельности.

1.4. В предметной области «вид спорта» для базового уровня:

развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта;

овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;

освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;

освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок;

знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта;

знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом;

приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях;

знание основ судейства по избранному виду спорта.

1.5. В предметной области «вид спорта» для углубленного уровня: обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта; освоение комплексов специальных физических упражнений; повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;

знание требований федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта;

формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта; знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства;

опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.

1.6. В предметной области «различные виды спорта и подвижные игры» для базового и углубленного уровней:

умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;

умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

1.7.В предметной области «судейская подготовка» для углубленного уровня:
освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике;
знание этики поведения спортивных судей;
освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта.

1.8.В предметной области «различные виды спорта и подвижные игры» для базового и углубленного уровней:
умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;
умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

1.9.В предметной области «судейская подготовка» для углубленного уровня:
освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике; знание этики поведения спортивных судей; освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта.

1.10.В предметной области «развитие творческого мышления» для базового и углубленного уровней:
развитие изобретательности и логического мышления; развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи; развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия.

1.11.В предметной области «хореография и (или) акробатика» для базового и углубленного уровней:
умение определять средства музыкальной выразительности; умение выполнять комплексы специальных хореографических и (или) акробатических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств в виде спорта; умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений; приобретение навыков музыкальности, пластичности, выразительности, артистичности, импровизации.

Таким образом, учебный план составлен с учетом потребностей детей, родителей (законных представителей), социума, преемственности реализации образовательных программ, учебных планов тренеров-преподавателей.

Учебный план на 2021-2022 учебный год.

Годовой план-график учебной нагрузки по командно-игровым видам спорта
(футбол, волейбол, баскетбол)

этапы подготовки	теория	ОФП*	СФП**	избранный вид спорта	другие виды спорта и подвижные игры	самостоятельная работа	КПН	количество часов
Спортивно-оздоровительный	28	56	-	116	76	-	-	276
Спортивно-оздоровительный (39 недель)	20	63	-	105	46	-	-	234
Начальной подготовки свыше 1 года	41	100	-	180	72	18	3	414
Начальной подготовки свыше 1 года для спортивного класса по волейболу	35	57	60	196	-	-	3	351

Годовой план-график учебной нагрузки по спортивным единоборствам
(вольная борьба, бокс, дзюдо, рукопашный бой)

этапы подготовки	теория	ОФП, СФП	избранный вид спорта	другие виды спорта и подвижные игры;	Самостоятельная работа	КПН	количество часов
Спортивно-оздоровительный	20	100	123	33	-	-	276
Спортивно-оздоровительный (39 недель)	20	68	113	33	-	-	234
Начальной подготовки свыше 1 года обучения	62	124	124	83	18	3	414
Начальной подготовки свыше 1 года обучения (39 недель)	35	57	196	60	-	3	351

Годовой план-график распределения учебной нагрузки по адаптивной физкультуре

этапы подго- товки	теория	оздорови- тельная и корриги- рующая гимнастика	работа на тренажерах	коррекционны и подвижные игры	количество часов
Спортивно- оз- доровительный	10	90	106	70	276

Годовой план-график распределения учебной нагрузки по сложно-
координированному виду спорта (спортивная акробатика и спортивные танцы)

этапы подго- товки	теория	ОФП	избран- ный вид спорта	Хорео- графи- ческая подго- товка	Другие виды спорта и под- виж- ные игры	само- стоя- тель- ная ра- бота	КПН	количе- ство часов
Спортивно- оз- доровительный этап	14	70	151	41	-			276
Начальной подготовки до 1 года	54	81	81	24	20	10	6	276
Начальной подготовки выше 1 года	80	130	130	30	28	10	6	414

Годовой план-график распределения учебной нагрузки
по циклическим, скоростно-силовым видам спорта
(легкая атлетика, плавание, тяжелая атлетика, пауэрлифтинг)

этапы подго- товки	тео- рия	ОФП, СФП	из- бран- ный вид спор- та	другие виды спорта и под- виж- ные иг- ры	само- стоя- тель- ная ра- бо- та	СВМ ***	Тре- нер- ская и су- дей- ская прак- тика	КПН	коли- чест- во часов
Спортивно- оз- доровительный	14	110	120	32	-		-	-	276
Спортивно- оз- доровительный (9 недель)	10	100	100	24	-	-	-	-	234

Начальной подготовки свыше одного года	40	120	125	108	18	-	-	3	414
Начальной подготовки свыше одного года (39 недель)	25	105	158	63	-	-	-	-	351
Тренировочный этап (начальная специализация 1 г.о.)	50	50	309	20	-	100	20	3	552
Тренировочный этап (начальная специализация 2 г.о.)	50	50	401	20	-	100	20	3	644

Годовой план-график распределения учебной нагрузки по игровым видам спорта (настольный теннис, бадминтон)

этапы подготовки	теория	ОФП, СФП	избранный вид спорта	развитие творческого мышления	самостоятельная работа	количество часов
Спортивно-оздоровительный (39 недель)	9	68	134	23	-	234
Начальной подготовки до одного года обучения (для спортивного класса)	25	77	132	- <i>по учебно-тематическому плану школы</i>	-	234

* ОФП- общая физическая подготовка.

** СФП- специальная физическая подготовка.

*** СВМ- специально-восстановительные мероприятия.

Этап начальной подготовки свыше 1 года	футбол	Предпрофессиональная программа	физическая культура	3	414	9				0	0	1	20			Гаджиев М.А.
Этап начальной подготовки свыше 1 года	футбол	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	20	0	0			Джалиев А.Г.
Спортивно-оздоровительный этап	футбол	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	20	0	0			Джалиев А.Г.
Этап начальной подготовки свыше 1 года	футбол	Предпрофессиональная программа	физическая культура	3	414	9				0	0	1	20			Карбовниченко А.Е.
Этап начальной подготовки свыше 1 года	футбол	Предпрофессиональная программа	физическая культура	3	414	9				0	0	1	20			Карбовниченко А.Е.
Спортивно-оздоровительный этап	футбол	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	20	0	0			Карбовниченко А.Е.
Спортивно-оздоровительный этап	футбол	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	20	0	0			Лемешко В.Н.
Этап начальной подготовки свыше 1 года	футбол	Предпрофессиональная программа	физическая культура	3	414	9				0	0	1	20			Лемешко В.Н.
Этап начальной подготовки свыше 1 года	футбол	Предпрофессиональная программа	физическая культура	3	414	9				0	0	1	20			Лемешко В.Н.
Спортивно-оздоровительный этап	футбол	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	29	0	0			Мартirosян А.Г.
Этап начальной подготовки свыше 1 года	футбол	Предпрофессиональная программа	физическая культура	3	414	9				0	0	1	20			Мартirosян А.Г.
Спортивно-оздоровительный этап	адаптивная физкультура	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	20	0	0			Гуполова А.И.
Спортивно-оздоровительный этап	футбол	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	234	6				1	30	0	0			Гавриков А.В.
Спортивно-оздоровительный этап	футбол	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	234	6				1	20	0	0			Колодин Н.П.
Спортивно-оздоровительный этап	спортивные танцы	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	30	0	0			Живая Т.В.
Спортивно-оздоровительный этап	спортивные танцы	Общеразвивающая программа	физическая культура	1	276	6				1	20	0	0			Живая Т.В.
Этап начальной подготовки свыше 1 года	спортивная акробатика	Предпрофессиональная программа	физическая культура	3	414	9				0	0	1	20			Живая Т.В.
					16997	380				25	588	23	436	2	35	