муниципальное автономное образовательное учреждение

дополнительного образования

«Детско-юношеская спортивная школа»

Приказ

От 19.09.2019г. № 21

«Об утверждении документов,

регламентирующих учебно-тренировочную

деятельность ДЮСШ»

На основании решения педагогического Совета МАОУ ДО «ДЮСШ» (протокол №1 от 02.09.2019г.), тренерского Совета (протокол №2 от 02.09.2019г.), с целью эффективной организации деятельности детско-юношеской спортивной школы

приказываю:

1. Утвердить учебный план на 2019-2020 учебный год согласно приложению №1.
2. Объединить две группы начальной подготовки 2 года обучения в группу начальной подготовки 3 года обучения по пауэрлифтингу.
3. Отчислить группу учебно-тренировочного периода 2 года обучения по волейболу в связи с достижением 18-летнего возраста.
4. Утвердить расписание занятий на 2019-2020 учебный год.
5. Ответственность за исполнение приказа возложить на методиста Самощенко Ю.А.
6. Контроль исполнения приказа оставляю за собой.

Директор МАОУ ДО «ДЮСШ» Е.Н.Жернаков

Приложение 1 к приказу №21 от 19.09.2019г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И.О.  тренера | | Вид спорта | | СОГ  (Спортивнооздоровительная группа) | | ГНП  (группа  начальной подготовки) | | | ГУТ  (группа учебно-тренировочного  периода) | | | | | | Кол-во групп | часов в неделю | кол-во обуч-ся |
| до года | | 1  год | 2 год | 3 год | 1  год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год | |
|  | Штатные тренеры-преподаватели | |  | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Евтеев  Алексей Викторович | | Пауэрлифтинг | |  | | 2х9  46 |  | 1х14  23 |  |  |  |  |  | | 3 | 32 | 69 |
| 2 | Погорелко  Николай Фёдорович | | Волейбол | | 1х6  23 | | 2х6  46 |  |  |  |  |  |  |  | | 3 | 18 | 69 |
| 3 | Федоров  Николай Юрьевич | | Мини - футбол | | 2х6  46 | |  |  |  | 1х12  23 | 1х12  23 |  |  |  | | 4 | 36 | 92 |
| 4 | Мотыш Игорь Александрович | | Волейбол | |  | |  |  | 4х9  92 |  |  |  |  |  | | 4 | 36 | 92 |
| 5 | Ушаков Виктор Николаевич | | Настольный теннис | |  | | 2х6  46 |  |  |  | 1х14  23 |  |  |  | | 3 | 26 | 69 |
| 6 | Романюк Александр Николаевич | | Спортивный туризм | |  | |  |  |  | 1х6  23 | 2х12  46 |  |  |  | | 3 | 30 | 69 |
| 7 | Андреев  Пётр Николаевич | | Лыжные гонки | |  | |  | 1х8  23 | 1х8  23 |  |  |  |  |  | | 2 | 16 | 46 |
| Баскетбол | |  | | 1х6  23 |  |  |  |  |  |  |  | | 1 | 6 | 23 |
| 8 | Мамайкин Алексей Николаевич | | Пауэрлифтинг | |  | |  |  |  |  | 1х16  23 | 1х18  23 |  |  | | 2 | 34 | 46 |
| 9 | Самойлов Евгений Сергеевич | | Дзюдо | | 2х6  46 | |  |  | 2х9  46 |  |  |  |  |  | | 4 | 30 | 92 |
| 10 | Никифоров Семен Валерьевич | | Дзюдо | |  | |  |  |  | 3х12  69 |  |  |  |  | | 3 | 36 | 69 |
| 11 | Никонова Анастасия Александровна | | Волейбол | |  | |  |  | 1х9  23 | 1х9  23 |  |  |  |  | | 2 | 18 | 46 |
| 12 | Башкирцев Владимир Валерьевич | | Дзюдо | |  | |  | 3х9  69 |  |  |  |  |  |  | | 3 | 27 | 69 |
| 13 | Алексеева Марина Николаевна | | Лыжные гонки | |  | |  | 3х8  69 |  |  |  |  |  |  | | 3 | 24 | 69 |
| 14 | Тиунов Сергей Юрьевич | | Волейбол | |  | |  |  | 3х9  69 |  |  |  |  |  | | 3 | 27 | 69 |
| **количество групп на этапе обучения**  **количество обучающихся в группах**  **количество часов по годам обучения** | | |  | | **5**  **115**  **30** | | **7**  **161**  **48** | **7**  **161**  **59** | **12**  **276**  **112** | **6**  **138**  **63** | **5**  **115**  **66** | **1**  **23**  **18** |  |  | | **43** | **396** | **989** |
| **совместители (внутришкольные) тренеры-преподаватели** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № | | Ф.И.О.  тренера | | Вид спорта | | СОГ  (Спортивно-оздоровительная группа) | ГНП  (группа  начальной подготовки) | | | ГУТ  (группа учебно-тренировочного  периода) | | | | | | Кол-во групп | часов в неделю | Кол-во обуч-ся |
| до года | 1год | 2 год | 3 год | 1  год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год | |
| 15 | | Жернаков Евгений Николаевич | | Волейбол | |  |  | 2х9  46 |  |  |  |  |  |  | | 2 | 18 | 46 |
|  | | **количество групп**  **количество обучающихся**  **количество часов по годам обучения** | |  | |  |  | **2**  **46**  **18** |  |  |  |  |  |  | | **2** | **18** | **46** |
| **количество групп на этапе обучения** | | | |  | | **5** | **7** | **9** | **12** | **6** | **5** | **1** |  |  | | **45** |  |  |
| **количество обучающихся в группах** | | | |  | | **115** | **161** | **207** | **276** | **138** | **115** | **23** |  |  | |  |  | **1035** |
| **количество часов по годам обучения** | | | |  | | **30** | **48** | **77** | **112** | **63** | **66** | **18** |  | |  |  | **414** |  |

**69 воспитанников на 1 тренера**

**2019-2020 учебный год**

**итого детей: 1035**

**итого часов: 414**

**итого групп: 45**

**Общегодовой объем учебно-тренировочной нагрузки**

**на 2019 - 2020 учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы подготовки | Год обучения | Объем учебно-тренировочной работы, часов в неделю | Годовая учебно-тренировочная нагрузка на 46 недель в часах | количество групп |
| Спортивно-оздоровительный этап | 1 год | 6 ч. | 276 | 5 |
| Группа начальной подготовки | 1 год | 6 ч. | 276 | 7 |
| 2 год | 8 ч. | 368 | 4 |
| 2 год | 9 ч. | 414 | 5 |
| 3 год | 8 ч. | 368 | 1 |
| 3 год | 9 ч. | 414 | 10 |
| 3 год | 14 ч. | 644 | 1 |
| Группа учебно- тренировочного периода | 1 год | 6 ч. | 276 | 1 |
| 1 год | 9 ч. | 414 | 1 |
| 1 год | 12 ч. | 552 | 4 |
| 2 год | 12ч. | 552 | 3 |
| 2 год | 14 ч. | 644 | 1 |
| 2 год | 16 ч. | 736 | 1 |
| 3 год | 16 ч. | 736 | - |
| 4 год | 18 ч. | 828 | 1 |
| 5 год | 20 ч. | 920 | - |

**План**

**учебно-тренировочных занятий ДЮСШ**

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий по волейболу

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | | Группы начальной подготовки | | Группы учебно – тренировочного периода | | |
| 1 год | 2 год | 1 год | 2-3 год | 1-2 год | 3 год | 4-5 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 6 | 6 | 9 | 12 | 14 | 16 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 4 | 10 | 8 | 14 | 16 | 18 | 20 |
| 3 | Общая физическая подготовка | 170 | 100 | 72 | 123 | 88 | 96 | 119 |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 10 | 20 | 45 | 64 | 100 | 100 | 130 |
| 5 | Техническая подготовка | 75 | 100 | 72 | 100 | 120 | 129 | 140 |
| 6 | Тактическая подготовка | 3 | 10 | 30 | 50 | 70 | 102 | 110 |
| 7 | Интегральная подготовка | - | - | 25 | 35 | 70 | 109 | 110 |
| 8 | Инструкторская и судейская практика | 4 | 8 | - | - | 8 | 10 | 10 |
| 9 | Соревнования | 6 | 20 | 16 | 20 | 45 | 40 | 50 |
| 10 | Контрольно-переводные испытания | 4 | 8 | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 |
| 11 | Восстановительные мероприятия | - | - | - | - | 25 | 30 | 35 |
| 12 | **Всего:** | 276 | 276 | 276 | 414 | 552 | 644 | 736 |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий

по лыжным гонкам

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | Группы начальной подготовки | | | Группы учебно – тренировочного периода | | | | |
| Весь период | 1 год | 2 год | 3 год | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 6 | 8 | 8 | 12 | 14 | 16 | 20 | 20 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 13 | 13 | 17 | 17 | 22 | 25 | 25 | 30 | 30 |
| 3 | Общая физическая подготовка | 156 | 156 | 205 | 190 | 302 | 346 | 345 | 306 | 306 |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 53 | 53 | 77 | 92 | 115 | 140 | 192 | 349 | 349 |
| 5 | Техническая подготовка | 37 | 37 | 47 | 47 | 62 | 70 | 70 | 70 | 70 |
| 6 | Участие в соревнованиях (интегральная подготовка | 13 | 13 | 18 | 18 | 28 | 35 | 52 | 90 | 90 |
| 7 | Медицинское обследование | 4 | 4 | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 | 10 | 10 |
| 8 | Восстановительные мероприятия | - | - | - | - | 17 | 20 | 30 | 45 | 45 |
| 9 | Инструкторская и судейская практика | - | - | - | - | - | - | 14 | 20 | 20 |
| 10 | **Всего:** | 276 | 276 | 368 | 368 | 552 | 644 | 736 | 920 | 920 |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий по баскетболу

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | Группы начальной подготовки | | | Группы учебно – тренировочного периода | | | | |
| Весь период | 1 год | 2 год | 3 год | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 6 | 9 | 12 | 15 | 15 | 18 | 18 | 18 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 8 | 8 | 18 | 30 | 50 | 50 | 50 | 50 | 50 |
| 3 | Общая физическая подготовка | 80 | 80 | 130 | 160 | 198 | 198 | 216 | 216 | 216 |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 63 | 63 | 110 | 156 | 186 | 186 | 246 | 246 | 246 |
| 5 | Технико-тактическая подготовка | 91 | 91 | 120 | 160 | 190 | 190 | 250 | 250 | 250 |
| 6 | Контрольные испытания | 30 | 30 | 30 | 40 | 60 | 60 | 60 | 60 | 60 |
| 7 | Медицинское обследование | 4 | 4 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 |
| 8 | **Всего:** | 276 | 276 | 414 | 552 | 690 | 690 | 828 | 828 | 828 |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий

по пауэрлифтингу

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | Группы начальной подготовки | | | Группы учебно – тренировочного периода | |
| Весь период | 1 год | 2 год | 3 год | 1-2 год | 3, 4 и 5 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 9 | 12 | 14 | 16 | 18 |
| 2 | Общая физическая подготовка | 125 | 187 | 200 | 208 | 242 | 274 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 143 | 219 | 336 | 410 | 468 | 516 |
|  | Технико-тактическая подготовка | - | - | - | 4 | 4 | 8 |
|  | Судейская практика | - | - | - | 8 | 8 | 12 |
| 4 | Контрольные испытания | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 |
| 5 | Соревнования | по календарному плану | | | | | |
| 6 | **Всего:** | 276 | 414 | 552 | 644 | 736 | 828 |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий

по пауэрлифтингу

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы  подготовки | Этапы подготовки | | | | |
| СОГ  (6ч) | ГНП | | УТГ | |
| 1год  (6ч) | 2-3 год  (9ч) | 1-2  год  (12ч) | 3-5 год (14ч) |
| 1 | Теоретические занятия | 20 | 18 | 18 | 16 | 16 |
| 2 | Общая физическая подготовка | 86 | 84 | 128 | 148 | 126 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 148 | 150 | 238 | 350 | 456 |
| 4 | Участие в соревнованиях | 8 | 8 | 10 | 10 | 12 |
| 5 | Инструкторская и судейская практика | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 |
| 6 | Психологическая подготовка | - | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 7 | Восстановительные мероприятия | 4 | 4 | 6 | 12 | 18 |
| 8 | Медицинский контроль | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| 9 | Контрольные нормативы | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| **Всего часов** | | **276** | **276** | **414** | **552** | **644** |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий по дзюдо

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | | | Группы начальной подготовки | | | Группы учебно – тренировочного периода | | | | |
| 1 год | 2 год | 3 год | 1 год | 2 год | 3 год | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 6 | 6 | 6 | 9 | 9 | 12 | 14 | 16 | 18 | 20 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 10 | 10 | 12 | 6 | 24 | 24 | 29 | 30 | 36 | 46 | 52 |
| 3 | Общая физическая подготовка | 180 | 148 | 120 | 65 | 61 | 61 | 83 | 91 | 90 | 86 | 88 |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 40 | 53 | 68 | 75 | 110 | 110 | 144 | 166 | 178 | 190 | 199 |
| 5 | Техническая подготовка | 21 | 29 | 34 | 64 | 85 | 85 | 111 | 138 | 191 | 201 | 224 |
| 6 | Тактическая подготовка | 21 | 30 | 34 | 50 | 60 | 60 | 70 | 80 | 90 | 110 | 120 |
| 7 | Соревнования | - | - | - | 6 | 50 | 50 | 76 | 98 | 102 | 131 | 146 |
| 8 | Контрольные испытания | 4 | 6 | 8 | 4 | 16 | 16 | 16 | 18 | 24 | 34 | 54 |
| 9 | Психологическая подготовка | - | - | - | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| 10 | Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма, оказание первой медицинской помощи, восстановительные мероприятия | - | - | - | 5 | 6 | 6 | 9 | 9 | 9 | 14 | 18 |
| 11 | **Всего:** | 276 | 276 | 276 | 276 | 414 | 414 | 552 | 644 | 736 | 828 | 920 |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий

по мини-футболу

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | | Группы начальной подготовки | | | Группы учебно – тренировочного периода | | | |
| 1 год | 2 год | 1 год | 2 год | 3 год | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 6 | 6 | 9 | 9 | 12 | 12 | 18 | 18 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 8 | 8 | 15 | 16 | 18 | 25 | 30 | 45 | 48 |
| 3 | Общая физическая подготовка | 118 | 106 | 54 | 92 | 92 | 104 | 83 | 134 |  |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 10 | 18 | 36 | 54 | 56 | 78 | 78 | 124 | 139 |
| 5 | Техническая подготовка | 96 | 86 | 48 | 80 | 78 | 94 | 84 | 126 | 123 |
| 6 | Тактическая подготовка | 16 | 22 | 32 | 52 | 54 | 71 | 71 | 115 | 100 |
| 7 | Соревнования | 14 | 14 | 19 | 28 | 28 | 39 | 45 | 78 | 84 |
| 8 | Восстановительные мероприятия | - | - | 6 | 12 | 12 | 40 | 50 | 54 | 50 |
| 9 | Инструкторская и судейская практика | - | 8 | 8 | 8 | 8 | 12 | 12 | 16 | 18 |
| 10 | Контрольно-переводные испытания | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 12 | 16 | 20 | 20 |
| 11 | Медицинское обследование | 6 | 6 | 4 | 4 | 4 | 6 | 8 | 8 | 8 |
| 12 | **Всего:** | 276 | 276 | 276 | 414 | 414 | 552 | 552 | 828 | 828 |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий

по настольному теннису

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | Группы начальной подготовки | | Группы учебно – тренировочного периода | | | |
| Весь период | 1 год | 2 год | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 6 | 9 | 12 | 18 | 18 | 18 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 10 | 10 | 24 | 24 | 24 | 36 | 36 |
| 3 | Общая физическая подготовка | 80 | 80 | 112 | 107 | 112 | 120 | 120 |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 54 | 54 | 82 | 110 | 130 | 130 | 130 |
| 5 | Техническая подготовка | 62 | 62 | 80 | 102 | 116 | 150 | 140 |
| 6 | Тактическая подготовка | 16 | 16 | 32 | 45 | 110 | 140 | 124 |
| 7 | Игровая подготовка | 26 | 26 | 51 | 72 | 50 | 92 | 82 |
| 8 | Инструкторская и судейская практика | - | - | - | 6 | 8 | 12 | 12 |
| 9 | Соревнования | 12 | 12 | 22 | 45 | 40 | 70 | 106 |
| 10 | Контрольно-переводные испытания | 6 | 6 | 6 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| 11 | Восстановительные мероприятия | - | - | - | 24 | 24 | 48 | 48 |
| 12 | Медицинское обследование | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |
| 13 | **Всего:** | 276 | 276 | 414 | 552 | 644 | 828 | 828 |

Учебно-тематический план учебно-тренировочных занятий

по спортивному туризму

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы подготовки | Группы спортивно-оздоровительные | Группы начальной подготовки | Группы учебно – тренировочного периода | | |
| Весь период | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
| 1 | Количество часов в неделю | 6 | 9 | 9 | 12 | 12 |
| 2 | Теоретическая подготовка | 9 | - | - | - | - |
| 3 | Туристское многоборье | 90 | 155 | 187 | 231 | 228 |
| 4 | Основы гигиены и первая доврачебная помощь | 12 | 17 | 12 | - | - |
| 5 | Общая и специальная физическая подготовка | 30 | 72 | 56 | 89 | 93 |
| 6 | Организация проведения походов | 50 | 43 | 25 | 27 | 34 |
| 7 | Факультативные занятия | 47 | 90 | 110 | 148 | 141 |
| 8 | **Всего:** | 276 | 414 | 414 | 552 | 552 |

муниципальное автономное образовательное учреждение

дополнительного образования

«Детско - юношеская спортивная школа»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Принято на педагогическом совете  (протокол № 1 от 02.09.2019г.)  Согласовано  Начальник УО  Е.Ю. Конопелькин  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г. |  | Утверждаю:  Директор  МАОУ ДО «ДЮСШ»  Е.Н.Жернаков  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Приказ № 21  от «19» сентября 2019 г. |

**Учебный план**

муниципального автономного образовательного учреждения

дополнительного образования

«Детско-юношеская спортивная школа»

на 2019-2020 учебный год

пгт Тяжинский 2019

**Пояснительная записка**

Учебный план муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» сформирован в соответствии со следующей нормативно-правовой базой:

* Закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012;
* Закон РФ от 13.12.2006 года № 80-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»;
* Закон Кемеровской области от 05.07.2013 года № 86-ОЗ «Об образовании в Кемеровской области», принятый Советом народных депутатов Кемеровской области от 03.07.2013 (с изм. от 29.06.2016 № 41-ОЗ);
* Концепция развития дополнительного образования детей, утв. Правительством РФ от 04.09.2014г. №1726-р
* «Санитарно - эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей» (СанПиН 2.4.4.3172-14 № 41 от 04.07.2014г.);
* Устав учреждения, принятый общим собранием трудового коллектива (протокол № 1 от 23.03.2015 г), утвержденный постановлением администрации Тяжинского муниципального района № 29-п от 03.04.2015 г.
* Методические рекомендации по организации деятельности спортивных школ в РФ от 2.1. 29.09.2006 года № 06-1479
* Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”

Учебный план обеспечивает достижение следующей **цели:**

- создание условий для физического, спортивного и духовного совершенствования детей, подростков путем проведения на регулярной основе учебно-спортивных занятий, спортивно-соревновательных, учебно-тренировочных мероприятий, организации спортивно - оздоровительной работы.

**Задачи:**

- формирование здорового образа жизни и общей культуры физических, интеллектуальных и нравственных способностей на основе исторических особенностей района;

- приобщение детей, подростков и молодежи к здоровому образу жизни, организация их досуга и свободного времени;

- обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда детей в возрасте преимущественно от 6 до 18 лет;

- создание оптимальных условий, способствующих сохранению, укреплению и развитию физической и спортивной подготовки детей, подростков и молодежи.

Учебный план представляет собой содержательный и финансовый документ, фиксирующий необходимые содержательные и организационные параметры деятельности детских объединений в течение учебного года.

Учебный план определяет максимальный объем учебной нагрузки обучающихся, распределяет учебное время, отводимое на освоение дополнительных образовательных программ.

Учебный план отражает образовательную деятельность, строящуюся с учетом социального заказа, интересов и индивидуальных особенностей детей, подростков и молодежи, от 6 до18 лет, а также кадровых и материальных возможностей ДЮСШ.

В соответствии с моделью дополнительного образования учебный план реализует интегрированный подход, направленный на организацию личностно - ориентированного учебного процесса.

Учебный план имеет необходимое кадровое, методическое, материально-техническое обеспечение, дает возможность развивать физкультурно-спортивные способности детей.

Обучение организуется на основании адаптированных, авторских, постоянно обновляющихся программ физкультурно-спортивной направленности.

Основой учебного плана являются программы, составленные и разработанные педагогами, на основе типовых программ, утвержденных Федеральным агентством по физической культуре и спорту России.

Типовые программы направлены на решение задач формирования общей культуры личности, адаптации личности к жизни в обществе, на создание основы для осознанного выбора и освоения профессиональных образовательных программ физкультурно-спортивной направленности.

Эти программы разрабатываются, применяются и реализуются на основе государственных стандартов, исходя из особенностей направленности работы, материально-технического оснащения, степени подготовленности детей и собственного опыта тренеров-преподавателей. Программы рассмотрены и утверждены на заседании педагогического совета ДЮСШ.

Программный материал строится по возрастающей сложности, с учетом возрастных, психологических особенностей.

Реализация программ осуществляется в одновозрастных и разновозрастных объединениях детей.

Организация учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ содержит отделения по видам спорта:

- игровые виды (волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис);

- пауэрлифтинг;

- спортивный туризм;

- дзюдо;

- лыжные гонки.

Комплектование учебных групп осуществляется до 1 октября.

Учебный год в ДЮСШ начинаются с 01 сентября (в режиме 7 дневной рабочей недели, в течение всего календарного года, включая каникулярное время), составляет 46 недель учебно-тренировочных занятий и 6 недель в условиях оздоровительного лагеря или по индивидуальным планам обучающегося на период их активного отдыха.

Расписание занятий (тренировок) составляются администрацией спортивной школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях с учетом возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

Режим работы учебных групп устанавливается в соответствии с действующими нормативными требованиями.

Учебно - тренировочная нагрузка на этапах подготовки не должна превышать:

* *в спортивно-оздоровительных группах:*

до года - 6 часов в неделю;

* *в группах начальной подготовки:*

- до года - 6 часов в неделю;

- свыше года – от 9 до 14 часов в неделю;

* *в учебно - тренировочных группах:*

- до двух лет - от 12 до 16 часов в неделю;

- свыше двух лет – от 12 до 18 часов в неделю;

Основными формами учебно - тренировочного процесса являются:

- групповые занятия (по физической, теоретической, технической и специальной подготовкам);

- медицинское обследование;

- работа по индивидуальным планам;

- восстановительные мероприятия;

- учено-тренировочные сборы;

- участие в соревнованиях;

- судейская практика учащихся;

- инструкторская практика учащихся;

- контрольно-переводные испытания.

В каникулярное время организуются и проводятся:

- туристические сборы;

- прокат лыж и коньков;

- палаточный лагерь;

- профильные смены в загородном лагере «Олимпиец».

В течение учебного года в случае необходимости может производиться коррекция учебно - тренировочных занятий и учебного плана.

**Программно – методическое обеспечение**

**на 2019-2020 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Виды спорта** | **Наименование программы,**  **Автор, издательство, год** |
| **1** | Волейбол | Рабочая программа по волейболу. Разработана на основе примерной программы для спортивной подготовки для ДЮСШ и специализированных ДЮСШ олимпийского резерва. Ю.В. Железняк, А.В.Чачин, М.: «Советский спорт», 2007г. Допущено федеральным агентством по физической культуре и спорту. |
| **2** | Настольный теннис | Рабочая программа по настольному теннису. Разработана на основе примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных ДЮСШ олимпийского резерва (этапы спортивного совершенствования), школ высшего спортивного мастерства. Г.В.Барчукова, В.А.Воробьев, О.В. Матыцин. М.: «Советский спорт», 2007г. Допущено федеральным агентством по физической культуре и спорту. |
| **3** | Лыжные гонки | Рабочая программа по лыжным гонкам. Разработана на основе примерной программы для системы дополнительного образования детей:, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. П.В.Квашук, Л.И.Бакланов, М.: «Советский спорт», 2005г. Допущено федеральным агентством по физической культуре и спорту. |
| **4** | Мини-футбол | Рабочая программа по футболу. Разработана на основе примерной программы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. С.Н.Андреев, В.С.Левин, К.В. Еременко. М.: «Советский спорт», 2008г. Допущено федеральным агентством по физической культуре и спорту. |
| **5** | Пауэрлифтинг | Рабочая программа по пауэрлифтингу. Разработана на основе примерной программы для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. М.: «Советский спорт», 2008г. Допущено федеральным агентством по физической культуре и спорту. |
| **6** | Дзюдо | Рабочая программа по дзюдо. Разработана на основе примерной программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Акопян А.О. и др. - М.: Советский спорт, 2008. Допущено федеральным агентством по физической культуре и спорту. |
| **7** | Спортивный туризм | Рабочая программа по спортивному туризму. Разработана на основе типовой программы «Спортивное ориентирование» для системы дополнительного образования детей под ред. Ю.С. Воронова, Ю.С. Константинова, ЦДЮТиК МО РФ, 2002г.  Программа для ДЮСШ и СДЮШОР по спортивному ориентированию. Утверждена Управлением воспитания и дополнительного образования детей и молодежи МО РФ и рекомендована для использования в системе ДОД. Утверждено Федерацией спортивного ориентирования России. |
| **8** | Баскетбол | Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Совет­ский спорт, 2004 - 100 с. |