

УТВЕРЖДЕН

Директор МБУДО ДЮСШ № 4
Немчанинов А.Л.
«05.09.17» 2017 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа № 4» им. Л.К.Немчанинова
на 2017–2018 тренировочный период

Принят на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 05.09.17 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к учебному плану муниципального бюджетного
учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа № 4» им. Л.К.Немчанинова
на 2017-2018 учебный год

Учебный план муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа № 4» им. Л.К.Немчанинова (далее – Учреждение) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации";
- приказом Министерства спорта РФ от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- приказом Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 г. № 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”;
- приказом Министерства спорта РФ от 12 сентября 2013 г. № 731 “Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта”;
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 22 декабря 2014 г. N 1601 "О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре”;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных учреждений дополнительного образования детей (САНПИН 2.4.4. 3172-14);
- уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа № 4» им. Л.К.Немчанинова;
- иные нормативные акты, регулирующие деятельность учреждений дополнительного образования в области физической культуры и спорта.

Учреждение осуществляет образовательную и тренировочную деятельность на основе реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта (общеразвивающие, предпрофессиональные).

В Учреждении обеспечивается непрерывный в течение календарного года тренировочный процесс. Тренировочный период начинается с 1 сентября из расчета 44 недели. Учреждение организует тренировочный процесс с 08.00 до 20.00 часов (для лиц старше 16 лет до 21.00 часов), согласно утвержденному расписанию.

Особенности формирования групп и определения объема недельной подготовки тренировочной нагрузки с учетом этапов (периодов) подготовки (в академических часах) регламентированы Приказом Минспорта России от 27.12.2013 N 1125 "Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта":

Этап подготовки	Период	Продолжительность этапов (в годах)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Этап совершенствования спортивного мастерства		до года	4 - 8	10	24
		свыше года			28
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации	3	8 - 10	12	18
	Начальной специализации	2	10 - 12	14	12
Этап начальной подготовки	Свыше одного года	2	12 - 14	28	8
	До одного года	1	14 - 16	30	6

Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации общеобразовательных программ предпрофессиональных, рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов;
- на этапе начальной подготовки - 2 часов;

- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - 3 часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - 4 часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - 4 часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта.

При этом необходимо соблюдать все перечисленные ниже условия:

- разница в уровне подготовки занимающихся не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;
- не превышен максимальный количественный состав объединенной группы .

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

по дополнительным предпрофессиональным программам

В процессе реализации Программ по спортивным единоборствам необходимо предусмотреть следующее соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

- оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности учащихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта);
- теоретическая подготовка в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- общая и специальная физическая подготовка в объеме от 20% до 25% от общего объема учебного плана;
- избранный вид спорта в объеме не менее 45% от общего объема учебного плана;
- другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 5% до 10% от общего объема учебного плана;
- технико-тактическая и психологическая подготовка в объеме от 10% до 15% от общего объема учебного плана;
- самостоятельная работа учащихся по индивидуальным планам не более 10 % от общего объема учебного плана;
- организация возможности посещений учащимися официальных спортивных соревнований, в том числе межрегиональных, общероссийских и международных, проводимых на территории Российской Федерации;

- организация совместных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями.

Учебный план содержит следующие предметные области, подразделяющиеся на учебные предметы:

- «Теория и методика физической культуры и спорта»
- «Общая физическая подготовка»
- «Избранный вид спорта»:
 - специальная физическая подготовка;
 - инструкторская и судейская практика;
 - восстановительные мероприятия;
 - промежуточная и итоговая аттестация.
- «Другие виды спорта и подвижные игры»
- Техничко-тактическая и психологическая подготовка»
- «Самостоятельная работа по индивидуальному плану»

Программа, предметные области	Этапы подготовки							
	Начальная подготовка			Тренировочный				
	1 год/ 6 час	2 год/ 8 час	3 год/ 8 час	1 год/ 12 час	2 год/ 12 час	3 год/ 18 час	4 год/ 18 час	5 год/ 18 час
Дополнительная предпрофессиональная программа по группе видов спорта спортивны единоборства, в том числе:	264	352	352	528	528	792	792	792
Теория и методика физической культуры и спорта	13	18	18	26	26	40	40	40
Общая физическая подготовка	50	70	70	104	104	152	152	152
Избранный вид спорта: специальная физическая подготовка; инструкторская и судейская практика; восстановительные мероприятия промежуточная и итоговая аттестация	115	173	173	230	230	364	364	364
Другие виды спорта и подвижные игры	37	40	40	72	72	107	107	107
Техничко-тактическая и психологическая подготовка.	22	22	22	50	50	76	76	76
Самостоятельная работа по индивидуальному плану	27	29	29	46	46	53	53	53

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

по дополнительной общеобразовательной программе

(общеразвивающая с элементами спортивной борьбы, бокса, дзюдо, самбо)

В целях реализации программы Учреждение ежегодно разрабатывает и утверждает годовой календарный учебный график из расчета 44 недель. Летний оздоровительный период начинается с 01 июня по 31 августа.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
1.	Теория и методика физической культуры и	20 час.
2.	Общая физическая подготовка	120 час.
3.	Элементы специальной физической по видам спорта	54 час.
4.	Элементы технической и тактической по видам спорта	40 час.
5.	Другие виды спорта и подвижные игры	22 час.
6.	Промежуточная и итоговая аттестация	4 час.
7.	Безопасность при проведении спортивно-оздоровительных занятий	4 час.
<i>Общее количество часов</i>		264 час.

Учебный план Программы содержит следующие предметные области, подразделяющиеся на учебные предметы:

- «Теория и методика физической культуры и спорта»
- «Общая физическая подготовка»
- «Элементы специальной физической подготовки»
- «Элементы технической и тактической подготовки»
- «Другие виды спорта»
- «Промежуточная и итоговая аттестация»

- «Безопасность при проведении спортивно-оздоровительных занятий с элементами избранного вида спорта»

Особенности формирования групп и определения объема недельной тренировочной нагрузки занимающихся (в академических часах)

Этап подготовки	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	10	15 - 20	30	до 6

