

«Утверждаю»

И.о директора МБУДО

«Ардатовская ДЮСШ»:  Солдаткина Н.Ю.

Учебный план

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Ардатовская детско-юношеская спортивная школа»
на 2023-2024 учебный год

Учебный план ДЮСШ разработан для успешной реализации общеобразовательных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта направленной на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Учебный план раскрывает последовательность и этапность образовательной деятельности в соответствии с возможностями и физиологическими особенностями обучающихся, с установленными сроками и этапами подготовки, формами организации учебно-тренировочного процесса.

Актуальность разработки учебного плана связана с активным развитием и ростом популярности спорта, необходимостью создания стройной системы подготовки спортсменов в соответствии с современными требованиями федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Учебный план содержит рекомендации по организации тренировочного процесса на различных этапах многолетней подготовки, по построению годичного цикла, по содержанию типовых тренировочных занятий, по контрольным и переводным нормативам и системе медико-биологического обеспечения.

Цель: Согласно Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ, и Федеральных стандартов спортивной подготовки, создать единый целенаправленный процесс воспитания и обучения являющийся общественно значимым благом и осуществляемый в интересах человека, семьи, общества и государства, а также совокупность приобретаемых знаний, умений, навыков, ценностных установок, опыта деятельности и компетенции определенных объема и сложности в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого, физического и профессионального развития обучающегося, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Задачи:

- организовать образовательную деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающегося на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;

- организовать целенаправленный процесс организации деятельности обучающихся по овладению знаниями, умениями, навыками и компетенциями, приобретению опыта деятельности, развитию способностей, приобретению опыта применения знаний в повседневной жизни и формированию у обучающихся мотивации получения образования в течение всей жизни;

- поднять статус детско-юношеской спортивной школы, как учреждения дополнительного образования, призванного способствовать самосовершенствованию и гармоничному развитию личности, профессиональному самоопределению подростка, развитию его духовных, физических, интеллектуальных и нравственных качеств, достижению высоких спортивных результатов, создать условия для успешной социализации обучающихся на основе спорта;

- улучшать состояние здоровья обучающихся;

- формировать положительную мотивацию обучающихся для достижения высоких спортивных результатов;

- проводить подготовку и выполнение нормативных требований;

- принять участие в максимальном количестве соревнований всех уровней;

- проводить постоянную работу по профилактике вредных привычек и правонарушений;

- подготовить инструкторов и судей по выбранным видам спорта;

- повысить уровень спортивного мастерства обучающихся (присвоение массовых и спортивных разрядов);

- привлечь максимально-возможное количество детей и подростков к систематическим занятиям спортом;

- проявлять индивидуальный подход к обучающимся;

- сохранить и увеличить тренерско-преподавательский состав и контингент обучающихся;

- постоянно и целенаправленно формировать здоровый образ жизни;

- ориентировать обучающихся на профессиональное самоопределение.

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья обучающихся;

- подготовка спортсменов высокой квалификации;

- воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов;

- организация и обеспечение безопасности на учебно-тренировочных занятиях и различных спортивных мероприятиях;

- подготовка инструкторов и судей по спорту.

Главным условием для достижения цели МБУДО «Ардатовская ДЮСШ»

является включение каждого ребёнка на каждом занятии в деятельность с учётом его возможностей и способностей и обеспечивается поэтапным решением задач на каждом этапе обучения.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки.

Основными формами осуществления спортивной подготовки являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Учебный план предусматривает ежегодное увеличение объемов и интенсивности тренировочных нагрузок на основе общих закономерностей развития физических качеств и спортивного совершенствования.

Реализация учебного плана дополнительного образования направлена на формирование и развитие творческих способностей обучающихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей и подростков обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку обучающихся, проявивших выдающиеся способности. Учебный план базируется на дополнительных общеобразовательных программах, которые учитывают возрастные и личностные особенности, а также включают в себя воспитание - деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных, гражданско-патриотических ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства.

Основополагающими документами при составлении базисного учебного плана школы является:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (273-ФЗ от 29.12.2012г.);
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №1008, от 29.08.2013г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Федеральный Закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
4. Приказ Минспорта России «Об утверждении Федеральных стандартов спортивной подготовки»;
4. Санитарно - эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения);

5. Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Ардатовская детско-юношеская спортивная школа»

6. Программы по видам спорта, разработанные в соответствии с Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам (Приказ Министерства спорта РФ № 730 от 12 сентября 2013г.) и Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта;

7. Штатное расписание;

8. Тарификационный список.

Приоритетные направления работы школы:

- профилактика правонарушений;
 - занятость обучающихся в свободное время;
 - укрепление здоровья обучающихся;
 - воспитание патриотизма, дисциплины и ответственности;
 - подготовка кандидатов и членов команд Ардатовского района среди школьников
- ;
- профессиональная ориентация обучающихся;
 - достижение спортивного мастерства.

Программы, реализуемые в МБУ ДО «Ардатовская ДЮСШ» определяют стратегическую направленность в развитии культивируемых видов спорта: баскетбол, волейбол, вольная борьба, легкая атлетика, футбол, лыжные гонки, бокс, гребля на байдарках и каноэ.

Обучающиеся отделений баскетбол, волейбол, вольная борьба, легкая атлетика, футбол, лыжные гонки, бокс, гребля на байдарках и каноэ – являются главной составляющей при формировании сборных команд Ардатовского района, а учащиеся отделения гребли на байдарках и каноэ, легкая атлетика, основной состав сборной Республики Мордовия

В своей работе по выполнению учебного плана, школа использует программы, разработанные методистом, совместно с тренерами-преподавателями. Все программы прошли положительную рецензию.

Учебный план включает теоретические и практические занятия (общая и специальная подготовка, техническая и тактическая подготовка), сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторскую и судейскую практику, восстановительные мероприятия, и рассчитан на десяти летнее обучение.

Тренировочная работа ведется на основе программы и расписания занятий. Главным критерием является возраст и подготовленность детей, зачисляемых в ту или иную группу подготовки. При зачислении в ту или иную группу обучающиеся сдают нормативы, утвержденные Федеральными стандартами спортивной подготовки. По результатам сданных нормативов они либо переводятся на следующий уровень подготовки, либо остаются повторно на том же уровне для дополнительного прохождения

этапа. Окончательное решение о переводе обучающегося принимает педагогический совет.

Для осуществления приема обучающихся в детско-юношескую спортивную школу в группу базового уровня первого года обучения школа руководствуется Правилами приема, перевода и отчисления обучающихся по дополнительным предпрофессиональным и общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта, утвержденные педагогическим советом от 31.07.2023 года.

Для обеспечения круглогодичности тренировочного процесса, спортивной подготовки и активного отдыха обучающихся в период каникул организуется спортивно-оздоровительный лагерь, а также работа по индивидуальным программам тренеров-преподавателей на летний период, утвержденные педагогическим советом МБУДО «Ардатовская ДЮСШ ».

Продолжительность одного занятия в группах не может превышать на этапах двух академических часов.

Многолетний период подготовки обучающихся делится на 4 этапа:

1. спортивно-оздоровительный этап (весь период)
2. Стартовый уровень (два года)
3. Базовый уровень (четыре года);
4. Продвинутый уровень (два года);

На спортивно-оздоровительном этапе(СОГ):

- формирование навыков здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- самоопределение в базовой специализации (выбор вида спорта);
- укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие (развитие физических, интеллектуальных и нравственных способностей);
- достижение результатов в соответствии с индивидуальными способностями детей и подростков.

Наполняемость групп и недельная нагрузка:

- СОГ – весь период– 15 обучающихся (6 часов в неделю).

На этапе Стартового уровня (СУ):

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по видам спорта;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по видам спорта.

Наполняемость групп и недельная нагрузка:

Группа	Возраст	Минимальный наполняемость	Максимальная наполняемость	Количество часов в неделю	Годовые часы
СУ-1 г.	7-10 лет	15	20	6	276
СУ-2 г.	10-11 лет	15	20	6	276
БУ-1 г.	11-12 лет	15	20	8	336
БУ-2 г.	12-13 лет.	15	18	8	336
БУ-3 г.	13-14 лет.	15	18	10	460
БУ-4 г.	14-15 лет.	15	18	10	460
ПУ-1 г.	15-16 лет.	15	18	12	552
ПУ-2 г.	16-17лет.	15	18	12	552

Учебный план
Отделения «Легкая атлетика» МБУДО «Ардатовская ДЮСШ»

[illegible]

Формирование групп и учебной нагрузки 2023-2024													
Виды подготовки	ПФ	Спортивно-оздоровительный этап	Стартовый		Базовый				Продвинутый		число часов	число занимающихся	число групп
			1 год	2 год	1 год	2 год	3 год	4 год	1 год	2 год			
			6	6	8	8	10	10	12	12			
Баскетбол													
Мигунов В.А.		53									18	53	3
Кручинкин В.А.		36									12	36	2
Кузнеченкова Е.Ю.		54									10	54	3
Итого:	0	143	0	0	0	0	0	0	0	0	40	143	8
Волейбол													
Чугунов Н.И.		6		17	18			13		12	28	66	4
Раскин В.Н.		18									6	18	1
Итого:	0	24	0	17	18	0	0	13	0	12	34	84	5
Легкая атлетика													
Краснощекова А.А.	80			40		35					26	155	6
Аверьянова Н.В.	80	12		46							24	138	8
Солдаткина Н.Ю.							1				10		
Осипов Н.Ф.		18	36	58					1		18	112	5
Ануфриева Р.М.		33									12	33	2
Итого:	160	63	36	144	0	35	1	0	1	0	90	438	21
Футбол													
Симонян М.Р.			13				18		18		22	49	3
Отпущенников А.М.				17		14		38			26	69	4
Кочетков И.В.			15	19			17				24	51	3
Юрманов Г.Ю		47									12	47	2
Нажалкина Е. И.				17							8	17	1
Сунсин Н.Н		30									6	30	1
Елесин Е.В.		14									12	14	2
Итого:	0	91	28	36	17	14	35	38	18	0	110	277	16
Борьба													
Костерин М.А.									18	12	24	30	2
Иглин П.А.					13	15		1			26	28	3
Бояркин Е.Н					18	12	6				26	36	3
Картыгин С.А.									16		10	16	1
Пронькин Е.Г.		29									12	29	2
Итого:	0	29	0	0	31	27	6	1	34	12	98	139	11
Бокс													
Кочетков А.В.		54									18	54	3
Володин Е.А.		54									18	54	3
Итого:	0	108	0	0	0	0	0	0	0	0	36	108	6
Лыжные гонки													
Попков А.В.			16			18			11		26	45	3
Баулина А. В.			47								24	47	3
Тирская М.С.			31	16							18	47	3
Салаяев А.В.					12	12		12			26	36	3
Итого:		0	94	16	12	30	0	12	11	0	94	175	12
Гребля на байдарках и каноэ													
Короткова О. С													
Итого:	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Всего в школе	160	458	158	213	78	106	42	64	64	24	502	1364	79

