

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 5

"26" августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора ДЮСШ

Лашкова Л.Л.

2019г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДЮСШ р.п. Новые Бурасы на 2019-2020 учебный год

Новые Бурасы 2019

Пояснительная записка

Учебный план ДЮСШ р.п.Новые Бурасы на 2019/2020 учебный год 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 4 июля 2014 г. № 41 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (СанПин 2.4.4.3172-14).
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации № 730 от 12 сентября 2013 г. «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 Российской Федерации № 731 от 12 сентября 2013 г. «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации № 1125 от 27 декабря 2013 г. «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Письмом Министерства спорта Российской Федерации № ВМ-03-09/4229 от 22. 07 2013 г.;
- Письмом Министерства спорта Российской Федерации № ЮН-04-10/4409 от 30. 07 2013 г.;
- Лицензией: серия 64 ЛО 1 № 0002047 от 02. 12. 2015 года;
- Уставом Учреждения;
- Локальными актами Учреждения;
- Инструкциями по технике безопасности при проведении учебных занятий по видам спорта: баскетболу, волейболу, мини-футболу, лыжным гонкам, греко-римской борьбе;
- Инструкцией по противопожарной безопасности;
- Инструкцией по охране труда при проведении спортивных соревнований;
- Правовыми актами органов местного самоуправления

Учебный год начинается 01 сентября 2019 года, возраст обучающихся с 6 до 18 лет, продолжительность учебного года в соответствии с годовым календарным учебным графиком. 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.

Образовательный процесс в ДЮСШ по дополнительным общеобразовательным развивающим программам по мини-футболу, лыжным гонкам, греко-римской борьбе, волейболу, проводится на трех этапах обучения, в том числе: спортивно-оздоровительный этап, этап начальной подготовки; учебно-тренировочный этап до 2-х лет; учебно-тренировочный этап свыше 2-х лет.

Образовательный процесс в ДЮСШ реализуется по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам по волейболу, мини-футболу, лыжным гонкам, греко-римской борьбе, гиревому спорту, гимнастике.

Формами промежуточной аттестации являются:

1. Контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке обучающихся по учебным нормативам.
2. Учет участия в соревнованиях по календарю спортивно-массовых мероприятий ДЮСШ Новобурасского района.
3. Учет личностных достижений обучающихся на соревнованиях различного уровня.
4. Учет выполнения классификационных норм и присвоения спортивных разрядов в виде спорта.
5. Учет членов сборных команд района по видам спорта.

На основании успешного освоения содержания дополнительных общеразвивающих программ, количественных показателей выполнения переводных требований к обучающимся по годам и этапам обучения и соответствии с учебными нормативами, реализуемых дополнительных предпрофессиональных программ по общей и специальной физической подготовкам, технической подготовке, участию в соревнованиях различного уровня, выполнение спортивных разрядных требований, определяется качественный уровень подготовленности обучающихся.

Программы содержат научно - обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса по четырем видам спорта: волейбол, мини-футбол, греко-римская борьба, лыжные гонки на различных этапах многолетней подготовки. Предусмотрены разделы: общей и специальной физической подготовки, средства и формы обучения.

Целевыми установками образовательного процесса ДЮСШ р.п.Новые Бурасы являются:

развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

развитие мотивации физкультурного образования обучающихся;

воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-спортивной деятельностью;

овладение знаниями, умениями, навыками в избранном виде спорта;

освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации;

приобретение компетентности в физкультурно-спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями; адаптация ребенка к жизни в социуме, его самореализация.

В ходе реализации учебного плана педагогический коллектив ставит следующие задачи:

- вовлечение максимально возможного числа учащихся к систематическим занятиям спортом, обеспечение физического развития ребят, выявление перспективных, способных детей;
- оказание помощи общеобразовательным школам, учреждениям дополнительного образования детей по вопросам физической культуры;
- повышение качества учебно-тренировочного процесса и улучшение спортивных результатов;
- обеспечение необходимых условий для личного развития, укрепления здоровья, личного и профессионального определения обучающихся;
- формирование общей культуры детей и организации досуга.

С целью удовлетворения разнообразных запросов обучающихся и их родителей в ДЮСШ реализуются:

- учебные программы по греко-римской борьбе;
- учебные программы по волейболу;
- учебные программы по мини-футболу;
- учебные программы по лыжным гонкам;

Ежегодно один раз в год проводятся контрольно-переводные испытания в каждой группе.

Детско-юношеская спортивная школа организует работу с учащимися в течение календарного года. Учебный план составлен на 52 недели.

Учебный план ДЮСШ р.п.Новые Бурасы разработан с учетом материально-технической базы, квалификации педагогических кадров, социального заказа учащихся и родителей, наличия дополнительных образовательных программ, а также исходя из основных уставных образовательных целей и задач.

Общий контингент обучающихся на 2019-2020 учебный год составляет 324 человек, это дети в возрасте от 6 до 18 лет из образовательных учреждений района: МОУ СОШ №1 р.п.Новые Бурасы, МОУ СОШ №2 р.п.Новые Бурасы и других образовательных учреждений района.

Тренировочные занятия проходят согласно утвержденному расписанию занятий с 13-30 до 20-00 часов.

Спортивно-оздоровительные группы(СОГ) и группы начальной подготовки (НП) комплектуются из числа обучающихся образовательных учреждений района имеющих медицинский допуск к занятиям спортом, учебно-тренировочные группы (УТ) комплектуются из числа обучающихся ДЮСШ, прошедших курс обучения в группах НП и сдавших контрольно-переводные нормативы.

Основными формами учебно-воспитательного процесса в группах являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях; - пребывание в спортивно-оздоровительном лагере;

Основные виды содержания спортивной подготовки.

1. **Физическая подготовка** включает:
 - Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;
 - Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.
2. **Техническая подготовка** включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.
3. **Теоретическая подготовка** проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст занимающихся и 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. **Контрольно-нормативные мероприятия** проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.
6. **Соревнования.** Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
7. **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.
8. **Медицинское обследование.** Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

Методическое обеспечение образовательного процесса.

Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:

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.

Консультативно-методической помощи:

Проведение педагогических советов в рамках 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 ДЮСШ.

Повышение квалификации:

Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры.

Участие в соревнованиях 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

Режим учебно-тренировочной работы и требования по спортивной подготовке

Этап	Год обучения	Количество обучающихся в группе	Количество		Требования спортивной подготовки	по
			Часов в неделю	Занятий в неделю		
Волейбол						
СОГ	1	15-30	6	3	-	
НП	1	22	6	3	Выполнение нормативов по ОФП	
	2	22	9	3		
	3	22	9	3		
УТГ до 2-х лет	1	15	12	4	Выполнение норм по ОФП и СФП 3 юн.	
УТГ свыше 2х лет	2	15	12	4	3 юн. 50% 2 юн.	
	3	15	18	6	2 юн. 50% 1 юн.	
	4	15	18	6	1 юн. 50% III	
	5	15	18	6	III 50% II	
Мини-футбол						

СОГ	1	15-30	6	3	-
НП	1	22	6	3	Выполнение нормативов по ОФП
	2	22	9	3	
	3	22	9	3	
УТГ до 2х лет УТГ свыше 2х лет	1	15	12	4	Выполнение нормативов по ОФП, СФП, ТТП
	2	15	12	4	
	3	15	18	6	
	4	15	18	6	Выполнение нормативов спортивного разряда 1 юн., III
	5	15	18	6	

Греко-римская борьба					
СОГ	1	15-30	6	3	-
НП	1	22	6	3	Выполнение нормативов по ОФП
	2	22	9	3	
	3	22	9	3	
УТГ до 2х лет	1	15	12	4	Выполнение нормативов по ОФП,
	2	15	12	4	
УТГ св. 2х лет	3	15	18	8	СФП.
	4	15	18	6	Выполнение. нормативов спортивного разряда 1 юн., III
	5	15	18	6	
Лыжные гонки					
СОГ	1	15-20	6	3	
НП	1	22	6	3	Выполнение нормативов по ОФП
	2	22	9	3	
	3	22	9	3	
УТГ до 2х лет УТГ св 2х	1	15	12	4	Выполнение нормативов по ОФП, СФП.
	2	15	12	4	
	3	15	18	6	
	4	15	18	6	Выполнение

лет	5	15	12	6	нормативов спортивного разряда 1 юн., III
-----	---	----	----	---	---

ПЛАН - ГРАФИК

распределения учебных часов по греко-римской борьбе ДЮСШ р.п. Новые Бурасы на 2019-2020 учебный год

Содержание занятий	СОГ	Группы подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Количество часов	6	6	9	9	12	12	18	18	18
Наполняемость (человек)	21	21	21	21	21	21	21	10	8
Теоретическая подготовка	12	12	14	14	20	20	20	20	20
Практическая подготовка:									
ОФП	162	162	172	172	233	233	233	200	200
СФП	62	62	80	80	122	122	122	160	160
Технико-тактическая подготовка	48	48	156	156	163	163	163	170	170
Участие в соревнованиях	20	20	16	16	40	40	40	22	22
Контрольные испытания	4	4	12	12	16	16	16	16	16
Инструкторская и судейская практика	-	-	6	6	10	10	10	10	10
Медицинский контроль	4	4	12	12	20	20	20	26	26
Итого:	312	312	468	468	624	624	624	624	624

ПЛАН - ГРАФИК

распределения учебных часов по волейболу ДЮСШ р.п.Новые Бурасы на 2019-2020 учебный год

Содержание занятий	СОГ	Группы подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Количество часов	6	6	9	9	12	12	18	18	18
Наполняемость (человек)	21	21	21	21	21	21	21	10	8
Теоретическая подготовка	6	6	6	6	20	20	20	20	20
Практическая подготовка:									
ОФП	154	142	218	218	214	196	196	220	220
СФП	80	90	140	140	126	220	220	164	164
Техническая подготовка	48	50	74	74	112	150	150	180	180
Участие в соревнованиях	10	10	16	16	30	20	20	22	22
Контрольные испытания	4	4	4	4	8	8	8	8	8
Восстановительные мероприятия	10	10	10	10	10	10	10	10	10
Итого:	312	312	468	468	624	624	624	624	624

ПЛАН - ГРАФИК

распределения учебных часов по лыжным гонкам ДЮСШ р.п. Новые Бурасы на 2019-2020 учебный год

Содержание занятий	СОГ	Группы подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Количество часов	6	6	9	9	12	12	18	18	18
Наполняемость (человек)	21	21	21	21	15	15	12	12	12
Теоретическая подготовка	6	10	20	20	20	20	20	20	20
Практическая подготовка:									
ОФП	164	148	220	220	214	190	190	190	190
СФП	80	90	150	150	230	264	264	264	264
Техническая подготовка	40	42	80	80	112	110	110	110	110
Участие в соревнованиях	10	10	16	16	30	22	22	22	22
Контрольные испытания	4	4	4	4	8	8	8	8	8
Восстановительные мероприятия	8	8	8	8	10	10	10	10	10
Итого:	312	312	468	468	624	624	624	624	624

План комплектования муниципального учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа р.п. Новые Бурасы Новобураасского района Саратовской области» на 2019 – 2020 учебный год

ВИД СПОРТА	ТРЕНЕРЫ		Количество групп (обучающихся)				Всего обучающихся
	Шт.	Совм.	СО	НП	УТГ до 2 лет	УТГ свыше 2 лет	
Греко-римская борьба	1	-		1/23	1/9	1/8	3/40
Мини-футбол	1	2 внешн 1 внутр	3/66	1/15	1/14	1/8	6/103
Лыжные гонки	3	1 внутр	3/60	2/37	1/9	1/7	8/113
Волейбол	3	-	3/53	-	-	1/14	4/72
Итого:	8	4	9/179	4/75	4/32	4/37	21/328 чел

План комплектования муниципального учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа р.п. Новые Бурасы Новобурасского района Саратовской области» на 2019 – 2020 учебный год отделения мини-футбол

Ф.И.О Тренера-преподавателя	ТРЕНЕРЫ		Количество групп (учащихся)				Всего учащихся
	Шт.	Совм.	СО	НП	УТГ до 2 лет	УТГ свыше 2 лет	
Лобастов Владимир Анатольевич	1	-	-	1/15	1/14	1/8	3/37
Николаев Олег Геннадьевич	-	1 внешний	1/30	-	-	-	1/30
Коротков Александр Альбертович	-	1 внутренн	1/20	-	-	-	1/20
Чигуров Сергей Александрович	-	1 внешний	1/16	-	-	-	1/16
Итого:	1	4	3/66	1/15	1/14	1/8	6 групп 103 чел

План комплектования муниципального учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа р.п. Новые Бурасы Новобурасского района Саратовской области» на 2019 – 2020 уч. год отделения лыжные гонки

Ф.И.О	ТРЕНЕРЫ		Количество групп (учащихся)					Всего учащихся
	Шт.	Совм.	СО	НП	УТГ до 2 лет	УТГ свыше 2 лет		
Корженко Алексей Евгеньевич	1	-	-	1/21	1/9	1/7	3/37	
Антонов Сергей Алексеевич	1	-	-	1/16	-	-	1/16	
Плотникова Никита Сергеевич	1	-	2/30	-	-	-	2/30	
Сапожковский Сергей Валентинович	1	-	2/30	-	-	-	2/30	
Итого:	4		4/60	2/37	1/9	1/7	8 групп 113 чел	

План комплектования муниципального учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа р.п. Новые Бурасы Новобурасского района Саратовской области» на 2019 – 2020 учебный год
отделения волейбол.

Ф.И.О	ТРЕНЕРЫ		Количество групп (учащихся)				Всего учащихся
	Шт.	Совм.	СО	НП	УТГ до 2 лет	УТГ свыше 2 лет	
Титова Елизавета Юрьевна	1	-	1/14	-	-	1/14	2/28
Антонов Сергей Алексеевич	1	-	1/19	-	-	-	1/19
Гайдамако Галина Михайловна	1	-	1/25	-	-	-	1/25
Итого:	3	-	3/58	-	-	1/14	4 группы 72 чел

**План комплектования муниципального учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа р.п. Новые Бурасы Новобурасского района Саратовской области» на 2018 – 2020 уч. год отделения
борьба греко - римская**

Ф.И.О	ТРЕНЕРЫ		Количество групп (учащихся)				Всего учащихся
	Шт.	Совм.	СО	НП	УТГ до 2 лет	УТГ свыше 2 лет	
Кирсанов Валерий Григорьевич	1	-		1/20	1/10	1/10	3/40
Итого:	1	-		1/20	1/10	1/10	3 группы 40 чел