

Пояснительная записка к годовому учебному плану

1.1. Нормативно-правовая база, регламентирующая ведение образовательного процесса

Образовательная деятельность в МАУДО «Черноголовская детско-юношеская спортивная школа» ведется на основании Лицензии: РО МО №002563 от 21 мая 2012 года, номер бланка 69386, выданной Министерством образования Московской области на ведение образовательной деятельности – бессрочно.

Учебный план составлен на основании закона РФ « Об образовании», типового положения «Об образовательном учреждении дополнительного образования детей», Устава МАУДО «Черноголовская детско-юношеская спортивная школа», методических рекомендаций по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации.

- Занятия в Школе проводятся по программам, разработанным тренерами-преподавателями, рассмотренным на педагогическом совете и утвержденным директором Школы на основе: 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, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09. 2013 № 730;

- приказом Министерства спорта Российской Федерации 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 образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- учетом основных положений Федерального закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41;

Рекомендуемый максимальный возраст обучающихся – 18 лет (для учащейся молодежи – 21 год).

1.2.Общая характеристика образовательного процесса.

Школа осуществляет свою деятельность в соответствии с предметом и целями деятельности, определенными в соответствии с федеральными законами, иными нормативными правовыми актами, муниципальными правовыми актами и Уставом путем выполнения работ, оказания услуг в сферах физической культуры и спорта.

Основной целью деятельности Школы является: оздоровление, физическое развитие детей и юношества, развитие массовой физической культуры и спорта, подготовка спортсменов высокого класса, организация активного отдыха, обучение детей и подростков видам спорта, культивируемым в Учреждении.

Задачами Школы являются:

На спортивно-оздоровительном этапе подготовки:

- укрепление здоровья и закаливание; обучение основам техники и широкому кругу двигательных навыков; развитие физических качеств, формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям и к здоровому образу жизни; воспитание морально-этических и волевых качеств; сохранность контингента детей для групп начальной подготовки и учебно-тренировочных групп.

На этапе начальной подготовки:

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности; утверждение здорового образа жизни; воспитание морально-этических и волевых качеств; становление спортивного характера, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни; поиск талантливых в спортивном отношении детей.

На тренировочном этапе (Т) (этапе спортивной специализации):

- улучшение состояния здоровья; повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ спортивной подготовки по видам спорта; формирование интереса к целенаправленной многолетней спортивной подготовке; воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, профилактика вредных привычек и правонарушений. Предметом деятельности Школы является: дополнительное образование детей (80.10.3),

Для достижения поставленных целей и задач Школа осуществляет следующие основные виды деятельности:

- реализует образовательные программы дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности по видам спорта: атлетическая гимнастика, баскетбол, биатлон, горные лыжи, дзюдо, скалолазание, теннис, тхэквондо, хоккей, художественная гимнастика;

- реализует программы спортивной подготовки по виду спорта: плавание.

Школа самостоятельно разрабатывает программу своей деятельности, с учетом запросов детей, потребностей семьи, образовательных учреждений, детских и юношеских общественных объединений и организаций, особенностей социально-экономического развития региона и национально-культурных традиций. Школа организует работу с детьми в течение всего календарного года. В каникулярное время может открывать в установленном порядке оздоровительные лагеря и туристические базы, создавать различные объединения с постоянными и (или) переменными составами детей в лагерях (загородных или с дневным пребыванием) при МАУДО «ЧДЮСШ».

Школа организует и проводит массовые мероприятия, создает необходимые условия для совместного труда, отдыха детей, родителей (законных представителей).

Основными формами учебно-тренировочной работы являются: групповые, индивидуальные, теоретические и практические занятия, участие в соревнованиях, в учебно-тренировочных сборах, спортивно-оздоровительных лагерях.

Учебно-тренировочные занятия проводятся в сроки, указанные в расписании. Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией Школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима учебно-тренировочных занятий, отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных учреждениях и учреждениях дополнительного образования, с учетом возрастных особенностей и установленных санитарно-гигиенических норм.

Учебно-тренировочные занятия проводятся в спортивно-оздоровительных группах, группах начальной подготовки, учебно-тренировочных группах. Количество и состав групп

определяется приказом директора Школы в соответствии с санитарными требованиями и нормативами.

Конкретная продолжительность учебных занятий, а также перерывов между ними предусматривается Уставом и локальным актом Школы. На этапах спортивной подготовки (спортивно-оздоровительный, начальной подготовки) занятия, не превышают 2 часов в день, в выходные и каникулярные дни - 3 часов. После 30-45 мин занятий предоставляется возможность (не менее 10 минут) для отдыха детей и проветривания помещений. При этом сам тренировочный процесс продолжается, данное время может быть также использовано для теоретической подготовки, воспитательной работы и другой деятельности педагогической направленности. В программе спортивной подготовки могут быть предусмотрены другие диапазоны продолжительности времени тренировки и перерывов с учетом специфики вида спорта, а также предусмотрена возможность перерывов для отдыха занимающихся в индивидуальном порядке или по подгруппам без прерывания всего тренировочного процесса в целом. На этапах спортивной подготовки тренировочном (этапе спортивной специализации), объем тренировочной нагрузки, в том числе количество и продолжительность занятий (в том числе спаренных) определяются программами спортивной подготовки, утверждаемыми непосредственно самим Учреждением в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки.

Продолжительность учебного года 52 недели. 42 недели в режиме непосредственной работы школы и 10 недель в режиме организации летней оздоровительной компании и (или) по индивидуальным планам учащихся на период их активного отдыха. В июне-августе (в период каникул) в режиме спортивно-оздоровительного лагеря происходит переход одноразовых к двухразовым тренировкам в день. Это обеспечит возможность усвоить необходимый объем учебно-тренировочных нагрузок. Учебный план рассчитан на 6-ти дневную рабочую неделю. Часовая нагрузка определена нормативно-правовыми документами и возрастной категорией учащихся.

Учебный план составляется в соответствии программой, которая включает в свое содержание теоретическую подготовку и практические занятия. Учебный план составляется в часах, которые распределены по этапам подготовки или годам обучения, в соответствии с режимом учебно-тренировочной работы. Это позволяет обеспечивать преемственность и единое направление учебно-тренировочного процесса на всем протяжении обучения в спортивной школе по образовательным программам с увеличением общего годового объема часов изменяется по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Из года в год повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и интегральную подготовку. Постепенно уменьшается, а затем стабилизируется объем нагрузок, направленных на общую физическую подготовку (ОФП).

1.3 Нагрузка по годам обучения:

Спортивно-оздоровительный этап (СО) - весь период

- СОГ – 4 часа (2 раза по 2 часа)
- СОГ – 6 часов (3 раза в неделю по 2 часа / 4 раза в неделю по 1.5 часа.)
- ***Этап начальной подготовки (НП) (до 3 лет)***
- ГНП-1 года обучения - 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа / 4 раз по 1 часу и 1 раз по 2 часа / 4 раза в неделю по 1.5 часа.)
- ГНП-2,3 года обучения - 9 часов в неделю (4 раза по 2 часа и 1 раз по 1 часу) / 8 часов в неделю (4 раза по 2 часа)

Тренировочный этап (ТГ), этап спортивной специализации:

Период начальной специализации (до 2 лет)

- УТГ-1 года обучения - 10 часов в неделю (5 раз по 2 часа и 3 раза по 3 часа и 1 раз по 1 часу)

➤ УТГ-2 года обучения - 12 часов в неделю: (6 раз по 2 час)

Период углубленной специализации (до 3 лет)

➤ УТГ-3 , УТГ-4, УТГ-5 – от 14 часов в неделю до 20.

Распределение в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки. На основе учебного плана тренер-преподаватель планирует свой тренировочный процесс для каждой группы или учащегося. Одним из важнейших вопросов планирования учебно-тренировочного процесса является распределение программного материала по периодам и этапам годового цикла. Годичный цикл делится на три периода - подготовительный, соревновательный, переходный (с учетом календаря соревнований). Продолжительность периодов годичного цикла может быть различной и зависит от главной задачи годичного цикла - освоение новой программы, а также от календарного плана соревнований.

Контроль над выполнением учебного плана ведется заместителем директора и методистом: через проверку журналов, посещения учебно-тренировочных занятий. Отслеживается стабильность состава занимающихся в группах, диагностика индивидуальных показаний развития физических качеств, уровень гигиены, освоение основ техники в избранном виде спорта. Освоением объемов тренировочных нагрузок, предусмотренный программы по видам спорта с учетом возрастных особенностей, а также освоение теоретического объема программы, медико-восстановительные мероприятия, медицинский контроль, участие в спортивных соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика учащихся.

Недельный режим учебно-тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода задач подготовки.

Общий годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный указанными режимами, может быть сокращен на 25 %, начиная с тренировочного этапа.

Расчет учебных часов на 2016-2017 учебный год

№ п.п	Вид спорта	Группа	Кол-во групп	Кол-во детей	Кол-во		
					Часов в неделю	Неделя за год	Часов за год
1	Атлетическая гимнастика	СОГ	2	22	6	36	216
Итог	по виду:		2	22	6	36	216
2	Баскетбол	СОГ	2	60	12	36	432
		НП-1	1	25	6	42	252
		ГНП-3	1	25	8	42	336
		УТГ-1	1	20	12	42	504
		УТГ-3	1	18	16	42	672
		УТГ-4	1	18	18	42	756
Итог по виду:		8	166	72		2952	
3	Биатлон	СОГ	2	48	12	36	432
		ГНП-2	1	15	9	42	378
		ГНП-3	1	21	9	42	378
		УТГ-1	1	15	12	42	504
		УТГ-4	1	9	18	42	756
Итог по виду:		6	108	60		2448	
4	Горные лыжи	СОГ	1	16	6	36	216
		ГНП-2	1	15	9	42	378

		УТГ-1	1	11	12	42	504
		УТГ-2	2	22	28	42	1176
Итого по виду:			5	64	52		2274
5	Дзюдо	ГНП-1	1	20	6	42	252
		УТГ-1	1	12	10	42	420
		УТГ-2	1	10	12	42	504
Итого по виду:			3	42	28		1176
6	Плавание	СОГ	2	32	8	36	288
		ГНП-1	1	16	4	42	168
		ГНП-3	1	16	9	42	378
		УТГ-1	1	14	12	42	504
		УТГ-2	1	14	12	42	504
		УТГ-3	1	12	14	42	588
		УТГ-4	1	10	14	42	588
Итого по виду:			8	114	73		3018
7	Скалолазание	СОГ	2	30	12	36	432
Итого по виду:			2	30	12	36	432
8	Теннис	СОГ	4	60	24	36	864
Итого по виду:			4	60	24	36	864
9	Тхэквондо	СОГ	1	16	6	36	216
		УТГ-2	1	10	14	42	588
Итого по виду:			2	26	20		804
10	Хоккей	СОГ	1	30	4	36	144
		ГНП-1	1	25	4	42	168
		ГНП-2	1	25	7	42	294
		ГНП-3	1	28	7	42	294
		УТГ-1	4	70	48	42	2016
Итого по виду:			8	178	70		2916
11	Художественная гимнастика	ГНП-3	1	18	9	42	378
		УТГ-1	1	12	12	42	504
		УТГ-2	4	60	56	42	588
Итого по виду:			6	90	77		1470
Итого по школе:			51	900	503		18786