

**Муниципальное Учреждение Дополнительного Образования
« Детско-юношеская спортивная школа»
Муниципального образования «Мирнинский район»**

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МУ ДО «ДЮСШ»
МО «Мирнинский район»
Н.Е. Дементьев
«25» сентября 2017 г.



**Учебный план
МУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа»
Муниципального образования «Мирнинский район»
на 2017-2018 учебный год**

Пояснительная записка
к учебному плану МУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район»
на 2017-2018 учебный год

Учебный план Муниципального Учреждения Дополнительного Образования «Детско-юношеская спортивная школа» Муниципального Образования «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия) является нормативным документом, определяющим требования к организации и регламентирующий образовательный процесс. Учебный план направлен на реализацию целей и задач учреждения в соответствии с программой развития и разработан на основе:

- Федерального закона от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации»;
- нормативно правовыми актами Министерства спорта Российской Федерации;
- Федеральных стандартов спортивной подготовки по соответствующим видам спорта;
- приказа от 24.10.2012 №325 «Об организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;
- приказа от 12.09.2013 №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» (зарегистрирован Минюстом России от 02.12.2013, регистрационный №30530);
- приказа от 09.12.2013 №731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта» (зарегистрирован Минюстом России от 02.12.2013, регистрационный №30531);
- приказа от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенности организации и осуществлении образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» (зарегистрирован Минюстом России от 05.03.2014, регистрационный №31522);

- СанПин 2.4.4.3172-14, утвержденным постановлением Главного санитарного врача РФ № 41 от 04.07.2014г.;
- Поручения Президента Республики Саха (Якутия) № 01 – 16 / 678 от 28.02.2011 в целях создания условий для социальной адаптации и физической реабилитации детей-инвалидов, детей с ограниченными возможностями здоровья.
- Распоряжения Правительства Республики Саха (Якутия) от 09 августа 2013 года №859- р «О координации деятельности по развитию детско-юношеского спорта и системы подготовки спортивного резерва в Республике Саха (Якутия)»
- Положения о детско-юношеской спортивной школе, утвержденного Госкомспортом и Минздравом РФ.
- На основании «Устава детско-юношеской спортивной школы МО «Мирнинский район», утвержденного главой администрации МО «Мирнинский район» (2014 г.)
- Положения о детско-юношеском спорте Республики Саха (Якутия);
- На основании «Нормативно-правовых основ, регулирующих деятельность спортивных школ» (1995 г.);
- Методических рекомендаций по установлению системы оплаты труда и материального стимулирования тренеров-преподавателей и специалистов образовательных учреждений (Прил. к приказу Минспорттуризма от «17» марта 2010 года)
- Муниципального заказа, с учетом запросов родителей, интересов учащихся, наличия педагогических кадров, а также локальными актами МУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район».
- приказа от 11.02.2015 № 62/ОД «Об утверждении Положения о стандарте наполняемости учебных групп и объема учебно-тренировочных занятий детско-юношеских спортивных школ Республики Саха (Якутия)».
- приказа администрации МУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» от 11 февраля 2015 года № 18 «Об утверждении Положения о стандарте наполняемости учебных групп и объёма учебно-тренировочных занятий» во исполнение Приказа Министерства Спорта РС(Я) №62/ОД от 11.02.2015 г. «Об утверждении Положения о стандарте наполняемости учебных групп и объёма учебно-тренировочных занятий детско-юношеских спортивных школ Республики Саха (Якутия)».

Учебный план МУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» разработан на основе Устава МУ ДО «ДЮСШ» для 38 учебных недель занятий в условиях спортивной

школы, который обеспечивает создание реальных возможностей для включения детей в общественную жизнь, формирования у них самостоятельного ориентирования в окружающей среде с позицией культуры, здоровья, вооружает учащихся системой знаний в области физкультуры и спорта. При составлении учебного плана учитывается режим учебно-тренировочной работы в неделю. С увеличением общего годового объема часов изменяется по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Постепенно уменьшается, затем стабилизируется объем нагрузок, направленных на общую физическую подготовку. В различных видах спорта соотношение средств физической и технико-тактической подготовки по годам обучения разное.

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

Спортивно-оздоровительный этап:

Задачи и преимущественная направленность:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

Этап начальной подготовки (1-3 года обучения):

Задачи и преимущественная направленность:

- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- выявление задатков и способностей детей;
- воспитание черт спортивного характера.

Тренировочный этап (1-5 года обучения):

Задачи и преимущественная направленность этапа начальной спортивной специализации (до двух лет обучения):

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- овладение основами техники в избранном виде спорта;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях.

Задачи и преимущественная направленность этапа углубленной тренировки (свыше двух лет обучения):

- совершенствование техники;
- развитие специальных физических качеств;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение допустимых тренировочных и соревновательных нагрузок;
- накопление соревновательного опыта.

Объём учебно-тренировочной работы на этапах обучения (часов в неделю):

- | | |
|--|---------------|
| - спортивно-оздоровительный этап | - до 6 часов |
| - этап начальной подготовки до года | - 6-8 часов |
| - этап начальной подготовки свыше года | - 9-12 часов |
| - тренировочный этап до двух лет | - 12-14 часов |
| - тренировочный этап свыше двух лет | - 16-20 часов |

Этот недельный режим учебно-тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки. Обще годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный указанными режимами работы, начиная с тренировочного этапа подготовки, в МУ ДО «ДЮСШ» может быть сокращен на 20-25 %. Это обусловлено нормой педагогической нагрузки, которая не должна превышать 36 часов в неделю на одного тренера-преподавателя.

Продолжительность одного часа учебно-тренировочного занятия составляет 45 минут.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать:

- на этапах спортивно-оздоровительном и начальной подготовки первого года обучения – 2-х академических часов;
- начальной подготовки второго и третьего года обучения – 3-х академических часов;
- на тренировочном этапе – 3-4-х академических часов.

При объединении в одну группу занимающихся по возрасту и спортивной подготовленности разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов, а их количественный состав регулироваться с учетом правил безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

Занимающиеся спортивно-оздоровительных групп и групп начальной подготовки первого года обучения, прошедшие необходимую подготовку и при выполнении ими требований по общей физической и специальной подготовке могут быть переведены в соответствующие учебно-тренировочные группы.

Занимающиеся, не выполнившие контрольно-переводные требования, переводятся в спортивно-оздоровительные группы или остаются, по решению педагогического совета, на повторный год обучения.

МУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» согласно лицензии на образовательную деятельность, реализует дополнительные образовательные программы по боксу, по волейболу, по вольной борьбе, по борьбе дзюдо, по спортивным танцам, по настольному теннису, по адаптивной физкультуре, по лыжным гонкам, по борьбе «Хапсагай», по «Мас-рестлингу», по художественной гимнастике, по самбо, по пауэрлифтингу.

Для обеспечения учебного процесса используются дополнительные образовательные программы, учебная литература, а также учебные планы, разработанные Администрацией школы.

Образовательная деятельность в учреждении осуществляется в следующих формах:

- учебно-тренировочные занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- участие в соревнованиях Республиканского, Федерального и Российского уровней;
- инструкторская и судейская практика.

МУ ДО «ДЮСШ» реализует работу с детьми в течение всего учебного года. В каникулярное время проводятся учебно-тренировочные сборы, организуются спортивно-оздоровительные лагеря с дневным пребыванием, соревнования и т.д.

Занятия по всем видам культивируемым в МУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» проводятся:

- по вольной борьбе, боксу, волейболу, настольному теннису, борьбе «Хапсагай», по «Масрестлингу», по адаптивной физкультуре, по пауэрлифтингу в здании «ДЮСШ» по адресу ул.Индустриальная 1;
- по спортивным танцам в «Зале спортивного танца», который находится в здании МКУ МРУО МО «Мирнинский район»;
- по дзюдо и самбо в «Зале единоборств» по адресу г.Мирный ул.40 лет октября д.9, по художественной гимнастике в «Зале художественной гимнастики» по адресу: г. Мирный, Ленинградский проспект 1/1.

Вне здания МУ ДО «ДЮСШ» занятия проводятся:

- по лыжным гонкам - на «Лыжной базе» п.Заречный.

1.1. Учебный план

№	Вид спорта	Группы								Кол-во учащихся	Кол-во учебных часов в неделю
		СОГ	ГНП-1	ГНП-2	ГНП-3	УТГ-1	УТГ-2	УТГ-3	УТГ-4-5		
1	Бокс	3		2	1		2	1	3	138	126
2	Волейбол	12		1			1	1	1	182	126
3	Вольная борьба	6		1	1	1	1	1	1	123	108
4	Дзюдо	3				2			2	78	72
5	Лыжные гонки	4			1		1	2	1	96	90
6	Настольный теннис	9								90	54
7	Адаптивная физкультура	4								37	54
8	Спортивные танцы	2		3	2	3			1	106	108
9	Художественная гимнастика	7	1			2	1		1	158	108
10	Самбо	3								35	18
11	Пауэрлифтинг	2		1			1		1	46	48

Национальные виды спорта (НВС) в т.ч:

12	Мас-рестлинг			1	1				1	32	36
13	Борьба «Халсагай»	1		2	1		1	1	1	84	72
	Итого:	56	1	11	7	8	8	6	13	1 205	1 020