УТВЕРЖДЕН

Приказом директора ГБУ ДО «ДЮСШ №5» от 21.08.2017г. №34

ПРИНЯТ

Педагогическим советом

ГБУ ДО «ДЮСШ №5»

18.08.2017г. Протокол № 1

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования**

**«Детско-юношеская спортивная школа №5»**

**на 2017-2018 учебный год**

**г. Владикавказ**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**к учебному плану ГБУ ДО «ДЮСШ №5» на 2017-2018 учебный год**

Нормативно-правовой основой формирования учебного плана являются:

1. Конституция РФ (ст.43);
2. Федеральный закон от 29.12.2-012г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
3. Федеральный закон от 04.12.2007г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» (ред. от 07.06.2013г.);
4. Приказ Минспорта России от 27.12.2013г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
5. Приказ Минспорта РФ от 12.09.2013г. №370 «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»;
6. Устав ГБУ ДО «ДЮСШ №5»;
7. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПи 2.4.4.2172-14.

Введение данного учебного плана позволит:

- сформировать у детей потребность в здоровом образе жизни, осуществлять гармоничное развитие личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;

- создать каждому обучающемуся условия для личностного развития в соответствии с особенностями их развития, состояния здоровья, интересов и склонностей;

- обеспечит повышение уровня общей и специальной подготовки в соответствии с требованиями программ по видам спорта.

Основные задачи ГБУ ДО «ДЮСШ №5»:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья обучающихся;

- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности;

- реализация общеразвивающих и предпрофессиональных программ по дополнительному образованию детей и представление услуг по физическому воспитанию обучающихся;

- обеспечения уровня знаний, навыков и умений в области физической культуры и спорта, установленными образовательными программами ГБУ ДО «ДЮСШ №5».

Условия реализации учебного плана

Обучение в ГБУ ДО «ДЮСШ №5» осуществляется поэтапно по общеобразовательным программам физкультурно-спортивной направленности по видам спорта:

|  |  |
| --- | --- |
| Предпрофессиональные программы | Общеразвивающие программы |
| 1. Велоспорт-шоссе.  2. Настольный теннис.  3. Пулевая стрельба.  4. Шашки. | 1. Велоспорт-шоссе.  2. Настольный теннис.  3. Пулевая стрельба.  4. Шашки. |

Учебно-тренировочные занятия отделений спортивной школы проводятся в течение всего календарного года в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель – в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха.

Основными формами образовательного процесса являются учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и методический контроль, участие в соревнованиях, судейская и инструкторская практика.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП – учебно-тренировочный процесс осуществляется при нагрузке – 6 часов в неделю, направлен на укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей, формирование стойкого интереса к занятиям спортом вообще, овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и воспитание трудолюбия, развитие физических качеств, достижение физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности. СОГ охватывают все культивируемые виды спорта. Занятия в группах СОГ позволяют привлекать в ДЮСШ разновозрастной контингент детей, решать вопросы массовости, набора и отбора учащихся, популяризовать здоровый образ жизни.

ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ – учебно-тренировочный процесс происходит в группах НП-1 – 6 часов недельной нагрузки, НП-2-3 – 9 часов недельной нагрузки.

Задачами данного этапа являются: отбор детей для систематических занятий спортом, с учетом возраста и выявления задатков и способностей детей. Начального освоения техники и тактики выбранного вида спорта. Формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение детей к здоровому образу жизни. Этап начальной подготовки характеризуется постепенным наращиванием объема и интенсивности физических нагрузок, воспитание черт спортивного характера.

УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП – содержит две отдельные составляющие: начальной специализации (до 2-х лет занятий) и углубленной (3-5 лет). Характерным является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок. Целенаправленно осуществляется работа по совершенствованию техники и тактики. Повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовки, приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях. Совершенствованием техники и развитием специальных физических качеств.

ЭТАП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА (2 года):

Этап ССМ формируется из спортсменов, выполнивших нормативные требования ЕВСК кандидата в мастера спорта. Повышение уровня спортивно-технического и тактического мастерства за счет постепенного увеличения тренировочных и соревновательных нагрузок и доведения их величин до требований высшего мастерства. На этом этапе большое внимание уделяется инструкторской и судейской практике. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии положительной динамики прироста спортивных показателей.

ЭТАП ВЫСШЕГО СПОРТВНОГО МАСТЕРСТВА (без ограничения): формируется из спортсменов выполнивших звание мастера спорта. Повышение стабильности высоких спортивных результатов во всероссийских и международных официальных спортивных соревнованиях.

ОБЩИЙ РЕЖИМ РАБОТЫ ГБУ ДО «ДЮСШ №5»

Продолжительность учебного года: с 1 сентября до 31 августа.

Образовательная деятельность осуществляется ежедневно с 13.00 до 20.00 часов (воскресенье с 9.00 до 14.00), в соответствии с расписанием учебно-тренировочных занятий. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов (СанПин 2.2.2.3172-14).

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать:

- на этапах спортивно-оздоровительном и начальной подготовки 1-го года обучения – 2-х академических часов;

- начальной подготовки второго и третьего года обучения – 3-х академических часов;

- на тренировочном этапе – 3-4 академических часов;

- на этапе ССМ и ВСМ – 4-х академических часов.

(академический час – 45 минут)

В ГБУ ДО «ДЮСШ №5» установлен объем учебно-тренировочных занятий в неделю на этапах обучения:

- спортивно-оздоровительный этап -3 занятия

- этап начальной подготовки первого года обучения -3 занятия

- этап начальной подготовки свыше года -3-4 занятия

- тренировочный этап до двух лет -3-4 занятия

- тренировочный этап свыше двух лет -4-5 занятий

- этап совершенствования спортивного мастерства до года -5-6 занятий

- этап совершенствования спортивного мастерства свыше года -6 занятий

- этап высшего спортивного мастерства - 6 занятий

При объединении в одну группу занимающихся разных 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.

Обучающиеся 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.

Обучающиеся, не выполнившие контрольно-переводные требования, остаются повторно в группе того же года обучения или переводятся в спортивно-оздоровительные группы.

Учебный план включает в себя следующие разделы:

- общая физическая подготовка;

- специальная физическая подготовка;

- техническая подготовка;

- теоретическая подготовка;

- контрольно-переводные испытания;

- соревнования;

- инструкторская и судейская практика;

- восстановительные мероприятия;

- медицинское обследование.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ГБУ ДО «ДЮСШ №5» на 01.09.2017г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид спорта** | **Этап подготовки** | **Год**  **обучения** | **Кол-во**  **групп** | **Кол-во учащихся во всех группах** | **Кол-во часов в одной группе в неделю** | **Кол-во часов всего по группам в неделю** | **Норматив оплаты в % от ставки за одного занимающегося** |
| Велосипедный спорт | Начальной подготовки | 2 год | 5 | 56 | 9 | 45 | 6% - 336% |
| Учебно-тренировочный | 1 год  2 год  5 год | 2  1  1 | 16  10  6 | 12  12  18 | 24  12  18 | 9% - 144%  9% - 90%  15% - 90% |
| **Итого:** |  |  | **9** | **88** |  | **99** | **660%** |
| Настольный теннис | Начальной подготовки | 1 год  2 год | 1  3 | 20  36 | 6  9 | 6  27 | 3% - 60%  6% - 216% |
| Учебно-тренировочный | 1 год  2 год | 1  5 | 8  50 | 12  12 | 12  60 | 9% - 72%  9% - 450% |
| Спортивно-оздоровительный | 2 год | 1 | 8 | 6 | 6 | без оплаты |
| **Итого:** |  |  | **10** | **114** |  | **105** | **798%** |
| Пулевая стрельба | Начальной подготовки | 1 год  2 год | 3  2 | 36  20 | 6  9 | 18  18 | 3% - 108%  6% - 120% |
| Учебно-тренировочный | 1 год  3 год | 3  3 | 28  18 | 12  16 | 36  48 | 9% - 252%  15% - 270% |
| Совершенствование спортивного мастерства | 1 год  2 год | 1  1 | 3  3 | 18  18 | 18  18 | 24% - 72%  39% - 117% |
| Высшего спортивного мастерства |  | 1 | 2 | 18 | 18 | 45% - 90% |
| **Итого:** |  |  | **14** | **110** |  | **174** | **1029%** |
| Шашки | Начальной подготовки | 2 год | 2 | 30 | 9 | 18 | 4% - 120% |
| Учебно-тренировочный | 1 год | 1 | 11 | 12 | 12 | 7% - 77% |
| Совершенствование спортивного мастерства | 2 год | 1 | 3 | 18 | 18 | 29% - 87% |
| Спортивно-оздоровительный | 2 год | 1 | 10 | 6 | 6 | 2,2% - 22% |
| **Итого:** |  |  | **5** | **54** |  | **54** | **306%** |
| Общая физическая подготовка | Начиная с учебно-тренировочных групп 1-го года обучения |  |  |  |  | **36** |  |
| **ИТОГО:** |  |  | **38 групп** | **366 учащихся** |  | **468 часов** | **2793%** |