

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящий учебный план разработан в соответствии и с учетом основных положений и требований Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 04.12.2007 №  329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»,  приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта, Уставом МБУДО «Спицевская СШ» (далее Учреждение).

Учебный план направлен на достижение основных целей – создание оптимальных условий для развития детско-юношеского спорта, повышения уровня физической подготовленности и спортивных результатов обучающихся с учетом индивидуальных особенностей, воспитания их морально-этических и нравственно-волевых качеств.

Основным условием для достижения целей Учреждения является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его индивидуальных особенностей, возможностей и способностей, которая обеспечивается решением специфических задач на каждом этапе обучения.

При разработке учебного плана учитываются материально-технические условия, региональные условия, кадровое обеспечение, календарь краевых и районных соревнований по видам спорта, дополнительные образовательная программы спортивной подготовки по видам спорта.

Программы разработаны в соответствии и с учетом  основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования и физической культуры и спорта, соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в области физической культуры и спорта. Программы учитывают требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Учебный план рассчитан на 46 недель, 6 часов в неделю, 276 часов в год. Рабочее время администрации школы: понедельник – суббота с 8.00 до 16.12

**ЦЕЛИ**:

Формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых, 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.

НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ: физкультурно-спортивное.

В МБУДО «Спицевская СШ» работает 28 групп, из них:

*Группы начальной подготовки 1, 2, 3 года обучения - весь период, 6 часов в неделю, 276 часов в год*

ВИДЫ СПОРТА: футбол, волейбол, легкая атлетика, греко-римская борьба, спортивный туризм.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ- физическая культура и спорт.

Охват детей: 490 человек.

Обучающиеся, занимающиеся в группах, здоровы, прошли медицинский осмотр. Тренерами- преподавателями разработаны дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта, ведется учет интересов детей к определенному виду спорта, запросы родителей, учитывается Федеральный и региональный компоненты при разработке учебных планов по видам спорта.

ЗАДАЧИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ:

* развитие физических способностей обучающихся,
* содействие гармоничному физическому развитию,
* формирование здорового образа жизни,
* внедрение в образовательный процесс элементов здоровьесберегающих технологий,
* обучение основам техники и тактики игр,
* выявление одаренных учащихся и работа с ними,
* работа по профилактике правонарушений и безнадзорности.

ОБЪЕМ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ образовательных программ определяется согласно Базисному учебному плану учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности:

Максимальная наполняемость групп- 20 человек.

Учебный план разработан на основе примерных, типовых программ по видам спорта рекомендованные Федеральным агентством по физической культуре и спорту, министерством образования Российской Федерации.

Учебный план разрабатывается из расчета 46 недель занятий. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляются в соответствии с конкретными задачами тренировки.

ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ – учебно – тренировочный процесс осуществляется при недельной нагрузке – 6 часов, 2 академических часа в день (40 минут), 276 часов в год, 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. ГНП охватывают все культивируемые виды спорта. Занятия в группах НП позволяют привлекать в СШ разновозрастной контингент детей, решать вопросы массовости, набора и отбора учащихся, популяризировать здоровый образ жизни.

**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.

1. **Техническая подготовка** включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.
2. **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.
3. **Психологическая подготовка** предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.
4. **Инструкторско-судейская практика**. Одной из задач СШ является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.
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 учащихся СШ. Используется широкий круг средств и мероприятий педагогических, гигиенических и психологических с учетом

возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсмена.

1. **Медицинское обследование**. Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

**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 и тренерских советов в рамках СШ. Методические семинары и консультации с привлечением учителей физической культуры общеобразовательных школ.

Организация и проведение районных соревнований.

Аттестация тренеров-преподавателей СШ.

**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.
* Участие в конкурсах учреждений дополнительного образования детей.

## *Перечень образовательных программ, реализуемых*

## *МБУДО «Спицевская СШ» в 2024—2025 учебном году.*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Направление деятельности | Название программы | Разработана на основе | Вид программы | Организация, утвердившая программу | Количество обучающихся по данной программе |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| Спортивная подготовка | «Лёгкая атлетика»  (3 года обучения) | Программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (Допущена Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму, Москва 2005г | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки | Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму | 30  обучающихся  (2 группы) |
| «Волейбол»  (3 года обучения) | Программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (Допущена Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму, Москва 2005г | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки | Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму | 50 обучающихся  (4 групп) |
| «Футбол»  (3 года обучения) | Программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (Допущена Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму, Москва 2005г | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки | Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму | 240  обучающихся  (16 групп) |
| «Греко-римская борьба»  (3 года обучения) | Программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (Допущена Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму, Москва 2005г | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки | Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму | 90 обучающихся (6 групп) |
| «Спортивный туризм»  (3 года обучения) | Программа разработана на основе приказа Минспорта России от 21 ноября 2022 г. N 1038 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Спортивный туризм» | Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки | Федеральным агентством по физической культуре, спорту и туризму | 20 обучающихся 1 группа |
| Всего: | | | | | 28 групп  490 обучающихся |

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп начальной подготовки отделения «Волейбол»

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Вид спортивной подготовки и иные спортивные мероприятия |
| *Этап начальной*  *подготовки* | | |
| *НП-1* | *НП-2* | *НП-3* |
| Часов в неделю | 6 | 6 | 6 |
| Максимальная продолжительность одного занятия | 2 | 2 | 2 |
| Наполняемость групп (чел.) | 14 | 14 | 14 |
| 1. | Общая физическая подготовка (ч.) | 47 | 47 | 47 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (ч.) | - | - | - |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (ч.) | - | - | - |
| 4. | Техническая подготовка (ч.) | 120 | 120 | 120 |
| 5. | Тактическая подготовка (ч.) | 2 | 2 | 2 |
| 6. | Теоретическая подготовка (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 7. | Психологическая подготовка (ч.) | 1 | 1 | 2 |
| 8. | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 9. | Инструкторская практика (ч.) | - | - | - |
| 10. | Судейская практика (ч.) | - | - | - |
| 11. | Медицинские, медико-биологические мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 12. | Восстановительные мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 6 |
| 13. | Интегральная подготовка (ч.) | 94 | 94 | 94 |
|  | *Итого (ч)\** | *276* | *276* | *276* |

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп начальной подготовки отделения «Футбол»

|  |  |
| --- | --- |
| № п/п | Вид спортивной подготовки и иные спортивные мероприятия |
| *Этап начальной полготовки* | | |
| *НП-1* | *НП-2* | *НП-3* |
| Часов в неделю | 6 | 6 | 6 |
| Максимальная продолжительность одного занятия | 2 | 2 | 2 |
| Наполняемость групп (чел.) | 14 | 14 | 14 |
| 1. | Общая физическая подготовка (ч.) | 47 | 47 | 47 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (ч.) | - | - | - |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (ч.) | - | - | - |
| 4. | Техническая подготовка (ч.) | 120 | 120 | 120 |
| 5. | Тактическая подготовка (ч.) | 2 | 2 | 2 |
| 6. | Теоретическая подготовка (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 7. | Психологическая подготовка (ч.) | 1 | 1 | 2 |
| 8. | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 9. | Инструкторская практика (ч.) | - | - | - |
| 10. | Судейская практика (ч.) | - | - | - |
| 11. | Медицинские, медико-биологические мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 12. | Восстановительные мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 6 |
| 13. | Интегральная подготовка (ч.) | 94 | 94 | 94 |
|  | *Итого (ч)\** | *276* | *276* | *276* |

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп начальной подготовки отделения «Легкая атлетика»

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид спортивной подготовки и иные спортивные мероприятия** |
| ***Этап начальной***  ***подготовки*** | | |
| ***НП-1*** | ***НП-2*** | ***НП-3*** |
| **Часов в неделю** | **6** | **6** | **6** |
| **Максимальная продолжительность одного занятия** | **2** | **2** | **2** |
| **Наполняемость групп (чел.)** | **14** | **14** | **14** |
| 1. | Общая физическая подготовка (ч.) | 47 | 47 | 47 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (ч.) | - | - | - |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (ч.) | - | - | - |
| 4. | Техническая подготовка (ч.) | 120 | 120 | 120 |
| 5. | Тактическая подготовка (ч.) | 2 | 2 | 2 |
| 6. | Теоретическая подготовка (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 7. | Психологическая подготовка (ч.) | 1 | 1 | 2 |
| 8. | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 9. | Инструкторская практика (ч.) | - | - | - |
| 10. | Судейская практика (ч.) | - | - | - |
| 11. | Медицинские, медико-биологические мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 12. | Восстановительные мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 6 |
| 13. | Интегральная подготовка (ч.) | 94 | 94 | 94 |
|  | ***Итого (ч)\**** | ***276*** | ***276*** | ***276*** |

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп начальной подготовки отделения «Греко-римская борьба»

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид спортивной подготовки и иные спортивные мероприятия** |
| ***Этап начальной***  ***подготовки*** | | |
| ***НП-1*** | ***НП-2*** | ***НП-3*** |
| **Часов в неделю** | **6** | **6** | **6** |
| **Максимальная продолжительность одного занятия** | **2** | **2** | **2** |
| **Наполняемость групп (чел.)** | **14** | **14** | **14** |
| 1. | Общая физическая подготовка (ч.) | 47 | 47 | 47 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (ч.) | - | - | - |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (ч.) | - | - | - |
| 4. | Техническая подготовка (ч.) | 120 | 120 | 120 |
| 5. | Тактическая подготовка (ч.) | 2 | 2 | 2 |
| 6. | Теоретическая подготовка (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 7. | Психологическая подготовка (ч.) | 1 | 1 | 2 |
| 8. | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 9. | Инструкторская практика (ч.) | - | - | - |
| 10. | Судейская практика (ч.) | - | - | - |
| 11. | Медицинские, медико-биологические мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 12. | Восстановительные мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 6 |
| 13. | Интегральная подготовка (ч.) | 94 | 94 | 94 |
|  | ***Итого (ч)\**** | ***276*** | ***276*** | ***276*** |

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп начальной подготовки отделения «Спортивный туризм»

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Вид спортивной подготовки и иные спортивные мероприятия** |
| ***Этап начальной***  ***подготовки*** | | |
| ***НП-1*** | ***НП-2*** | ***НП-3*** |
| **Часов в неделю** | **6** | **6** | **6** |
| **Максимальная продолжительность одного занятия** | **2** | **2** | **2** |
| **Наполняемость групп (чел.)** | **14** | **14** | **14** |
| 1. | Общая физическая подготовка (ч.) | 47 | 47 | 47 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (ч.) | - | - | - |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (ч.) | - | - | - |
| 4. | Техническая подготовка (ч.) | 120 | 120 | 120 |
| 5. | Тактическая подготовка (ч.) | 2 | 2 | 2 |
| 6. | Теоретическая подготовка (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 7. | Психологическая подготовка (ч.) | 1 | 1 | 2 |
| 8. | Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 9. | Инструкторская практика (ч.) | - | - | - |
| 10. | Судейская практика (ч.) | - | - | - |
| 11. | Медицинские, медико-биологические мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 3 |
| 12. | Восстановительные мероприятия (ч.) | 3 | 3 | 6 |
| 13. | Интегральная подготовка (ч.) | 94 | 94 | 94 |
|  | ***Итого (ч)\**** | ***276*** | ***276*** | ***276*** |

ПРИЛОЖЕНИЕ 6

Учебный план на 2024-2025 учебный год

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | отделение | Кол-во групп | Кол-во часов в неделю | Всего часов за год | |
| на группу | всего |
| 1 | **Футбол** | 15 | 6 | 276 | 4140 |
| 2 | **Волейбол** | 4 | 6 | 276 | 1104 |
| 3 | **Легкая атлетика** | 3 | 6 | 276 | 828 |
| 4 | **Греко-римская борьба** | 6 | 6 | 276 | 1656 |
| 5 | **Спортивный туризм** | 1 | 6 | 276 | 276 |
| **итого** | | **29** | **6** | **1656** | **8004** |

СВЕДЕНИЯ О работниках на 2024-2025 учебный год

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И.О. | занимаемая должность | Образование | вид спорта | Кол-во обучающихся | Кол-во групп | стаж педагогической работы  общий стаж | квалификационная категория | ставка | Кол-во часов |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 1 | Дядькова  Наталья Эдуардовна. | методист | Высшее, СГУ, 2002 |  |  |  | 13 /20 | Соответствие  27.08.2028 | 1 |  |
| 2 | Семененко Сергей Дмитриевич | Тренер-преподаватель | Высшее, СГПИ 1982 | волейбол | 90 | 4 | 25/40 | высшая по 09.11.2027 | 1,33 | 24 |
| 3 | Гвозденко Александр Иванович | Тренер-преподаватель | Высшее, СГУ 2008 | футбол | 108 | 6 | 17/21 | Первая  по 14.12.2027 | 2 | 36 |
| 4 | Абраамян Ара Оганнесович | Тренер-преподаватель |  | Греко-римская | 77 | 6 | 0/9 | Первая  По 19.12.2023 | 2 | 36 |
| 5 | Сотиев Роман Нодариевич | Тренер-преподаватель | Среднеспец, СУ олим резерв,  МИТРЭ, 2015 | футбол | 50 | 3 | 0/5 | Соответствие  01.04.2024 | 1 | 18 |
| 6 | Четверкин Андрей Михайлович | Тренер-преподаватель | Высшше, СГПИ, 1989 | Футбол,  легкая атлетика | 56 | 3 | 35/38 | высшая 01.11.2023 | 1 | 18 |
| 7 | Зайцев Сергей Иванович | Тренер-преподаватель | Среднеспец, СУ олимп рез | футбол | 45 | 3 | 0/26 | соответствие по 02.11.2024 | 1 | 18 |
| 8 | Шалыгина Анна Александровна | Рабочая по КОЗ | среднее |  |  |  | 3 |  | 1 |  |
| 9 | Кудряшова Валентина Николаевна | методист | Высшее  СГПИ, 1984 |  |  |  | 37/24 | Соответствие  29.06.2028 | 1 |  |
| 10 | Никитина Анна Алексеевна | Тренер-перподаватель | Высше иститут имени Шолохова, 2010 | Легкая атлетика |  |  |  |  |  | 12 |

И.о.директора, методист

МБУДО «Спицевская СШ» Н.Э.Дядькова