****

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

 Учебный план Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Ичалковская детско – юношеская спортивная школа» Ичалковского муниципального района Республики Мордовия разработан в соответствии с нормативно-правовыми документами:

**Федерального уровня:**

1.Законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ.

2.Законом « Об образовании  в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ.

3.Законом « О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»

 № 52-93 от 30.03.1999 г.

4.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172 – 14 Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

5. Приказ от 29 августа 2013 года №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

 6.Типовым положением о ДЮСШ, СДЮШОР, специализированных классах по видам спорта от 09.04.1987 г. № 228.

7.Письмом Министерства образования и науки РФ «О методических рекомендациях» от 29.09.2006 г. № 06-1479.

8.Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.03.2007 № 06-636 « Об образовательных учреждениях дополнительного образования детей».

9.Письмом Министерства образования РФ  от 20.05.2003 г. № 28-51-391/16 « О реализации дополнительных образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей».

10.Письмом Минообрнауки Российской Федерации от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

**Уровня учреждения:**

1.Уставом Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Ичалковская детско – юношеская спортивная школа»

2.Приказов Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Ичалковская детско – юношеская спортивная школа» от 8 сентября 2016 года №14, от 15 сентября 2016 года №15, от 19 сентября 2016 года №16, от 1 октября 2016 года № 17 о комплектовании спортивных групп.

**Цель учебного плана:**

Основной целью учебного плана является реализация общеобразовательных программ физкультурно – спортивной направленности.(предпрофессиональных и общеразвивающих)

Образовательная деятельность осуществляется среди детей и подростков с 6 до 18 лет в режиме 6-дневной рабочей недели. Спортивная школа организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Учебный год в МБУДО «Ичалковская ДЮСШ начинается с 1 сентября. Учебный план рассчитан на 52 недели, из них - 46 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях школы, включая участие в выездных учебно-тренировочных сборах и соревнованиях, и дополнительно 6 недель - в условиях оздоровительного лагеря и по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха. Оздоровительные лагеря спортивного профиля являются продолжением учебно-тренировочного процесса.

**Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:**

- групповые учебно-тренировочные занятия и теоретические занятия;

- работа по образовательным программам и стандартам;

- тестирование и медицинский контроль;

- участие в соревнованиях и матчевых встречах;

- участие в учебно-тренировочных сборах в течение учебного года и в условиях спортивно-оздоровительного лагеря;

- спортивно-оздоровительная работа;

- инструкторская  и судейская практика.

Учебный план складывается из **трех**, преемственно связанных между собой этапов:

- спортивно-оздоровительный (СОГ) – весь период обучения

- этап начальной подготовки (НП) – до 3 лет

- учебно-тренировочный (УТ) – до 5 лет.

**СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП** – учебно-тренировочный процесс осуществляется при недельной нагрузке  от 3 до 6 часов, 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.  Занятия в группах СОГ позволяют привлекать в ДЮСШ разновозрастной контингент детей, решать вопросы массовости, набора и отбора учащихся,  популяризировать здоровый образ жизни.

**ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ**– учебно-тренировочный процесс осуществляется в группах НП-1- 6 часов недельной нагрузки, НП -2 и НП-3 – 9 часов. Задачами данного этапа  являются: отбор детей для систематических занятий спортом, с учетом возраста и выявления задатков и способностей детей. Начальное  освоение техники и тактики выбранного вида спорта. Формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение детей к здоровому образу жизни.

**УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП**- учебно-тренировочный процесс осуществляется в группах углубленной специализации УТГ-1,2,3,4,5 года обучения с недельной нагрузкой 12,14,16,18,20 часов в неделю. Характерной чертой этапа является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок.

На основании нормативно-правовых основ, регулирующих деятельность спортивных школ (информационное письмо Министерства образования и науки РФ от 29.09.2006 г. №06-1479) общегодовой объем учебной нагрузки, начиная с тренировочного этапа, может быть уменьшен до 25%.

 Количество тренировочных дней, учебных часов (академических по 45 мин.) каждый тренер рассчитывает в зависимости от спортивной квалификации занимающихся и периода подготовки (начальный и учебно-тренировочный), составляя учебный план-график для каждой группы.

Продолжительность одного занятия в группах СОГ и начальной подготовки не должна превышать двух академических часов, в учебно-тренировочных группах – трех академических часов.

**Основные виды и содержание 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 каждого вида спорта.

3.Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций, просмотра видео и т.п.

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.Инструкторско-судейская практика.

Одной из задач ДЮСШ является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на учебно-тренировочном этапе.

6.Контрольно-нормативные мероприятия проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.

7.Соревнования проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.

8.Медицинское обследование В задачи контроля входят: диагностика 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 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 Спартакиад школьников. Организация и проведение районных, республиканских и зональных соревнований.

**Повышение квалификации:**

·Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры;

·Участие в соревнованиях регионального, всероссийского уровней, и в их судействе;

·Участие в городских, районных и Республиканских 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.

 **Учебный** **план** **МБУДО** **«Ичалковская ДЮСШ» на** **2016-2017**  **учебный** **год**

Всего групп по плану: 24

Всего учебных часов по плану: 207

Всего обучающихся по плану: 312

Группы начальной подготовки по плану – 8, учебных часов – 46,

обучающихся – 118.

Учебно-тренировочные группы по плану – 14, учебных часов 149,

обучающихся – 161.

Спортивно оздоровительная группа по плану – 2, учебных часов 12,

обучающихся – 33.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Ф.И.О тренера - преподавателя** | **Отделение** | **Группа** | **Кол – во обуч-ся в группе** | **Кол – во часов на группу** | **Всего групп** | **Всего учебных часов** | **Всего****обуч – ся в группах** | **Кол-во часов в неделю** | **Кол-во часов в месяц** | **Кол -во часов в год** |
| 1 | Пронин Вячеслав Борисович | Вольная борьба | УТГ- 1 | 10 | 6 | 2 | 18 | 18 | 6 | 24 | 312 |
| УТГ - 3 | 8 | 12 | 12 | 48 | 624 |
| 2 | Полушкин Федор Алексеевич | Вольная борьба | НП - 2 | 19 | 6 | 2 | 18 | 32 | 6 | 24 | 312 |
| УТГ - 3 | 13 | 12 | 12 | 48 | 624 |
| 3 | Никольский Евгений Викторович | Вольная борьба | НП - 2 | 19 | 6 | 2 | 18 | 34 | 6 | 24 | 312 |
| УТГ - 4 | 15 | 12 | 12 | 48 | 624 |
| 4 | Клячев Николай Геннадьевич | Вольная борьба |  СОГ | 14 | 6 | 2 | 18 | 27 | 6 | 24 | 312 |
| УТГ - 4 | 13 | 12 | 12 | 48 | 624 |
| 5 | Федин Николай Иванович | Греко – римская борьба | НП - 2 | 15 | 9 | 2 | 27 | 29 | 9 | 36 | 468 |
| УТГ - 4 | 14 | 18 | 18 | 72 | 936 |
| 6 | Косынкин Александр Евгеньевич | Греко – римская борьба | УТГ - 3 | 9 | 9 | 1 | 9 | 9 | 9 | 36 | 468 |
| 7 | Сидельников Сергей Владимирович | Греко – римская борьба | УТГ - 3 | 10 | 9 | 1 | 9 | 10 | 9 | 36 | 468 |
| 8 | Фомин Петр Николаевич | баскетбол | УТГ - 2 | 14 | 12 | 2 | 27 | 26 | 12 | 48 | 624 |
| УТГ - 4 | 12 | 15 | 15 | 60 | 780 |
| 9 | Плотников Виктор Владимирович | рукопашный бой | УТГ - 3 | 9 | 9 | 1 | 9 | 9 | 9 | 36 | 468 |
| 10 | Демкин Александр Алексеевич | футбол | НП - 3 | 12 | 6 | 2 | 18 | 23 | 6 | 24 | 312 |
| УТГ - 1 | 11 | 12 | 12 | 48 | 624 |
| 11 | Тужилкин Александр Николаевич | футбол | УТГ - 5 | 12 | 9 | 1 | 9 | 12 | 12 | 48 | 624 |
| 12 | Мансуров Александр Николаевич | футбол | НП - 2 | 18 | 9 | 1 | 9 | 18 | 9 | 36 | 468 |
| 13 | Шунихин Геннадий Константинович | лыжные гонки | НП - 3 | 12 | 4 | 2 | 6 | 23 | 4 | 16 | 208 |
| УТГ - 3 | 11 | 2 | 2 | 8 | 104 |
| 14 | ВечкановаНадежда Ивановна | художественная гимнастика | НП - 2 | 9 | 3 | 2 | 6 | 23 | 3 | 12 | 156 |
| НП - 3 | 14 | 3 | 3 | 12 | 156 |
| 15 | МансуровАлександр Николаевич | волейбол | СОГ | 19 | 6 | 1 | 6 | 19 | 6 | 24 | 312 |
| **ИТОГО:** | **312** |  | **24** | **207** | **312** | **207** | **840** | **10920** |