

"Утверждаю"  
Директор МБОУ ДО «ДЮСШ»  
Назаровского района  
\_\_\_\_\_ Бляхер Д. А.

**Пояснительная записка  
к учебному плану МБОУ ДО «ДЮСШ» Назаровского района  
на 2022 – 2023 учебного года**

Настоящий учебный план разработан в соответствии с Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ, приказом Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. № 939 «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», Уставом МБОУ ДО «ДЮСШ» Назаровского района.

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

Главным условием для достижения целей «ДЮСШ» является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его возможностей и способностей, которая обеспечивается решением задач на каждом этапе обучения.

При разработке учебного плана соблюдалась преемственность между годами обучения, уровнями обучения и типами программ, учитывались материально - технические условия, региональные условия, кадровый состав, календарь соревнований по видам спорта, образовательные программы физкультурно-спортивной направленности.

Детско-юношеская спортивная школа организует тренировочные занятия и спортивно-массовые мероприятия в режиме 6-дневной учебной недели, оптимально соответствующей эффективности осуществления воспитательного, образовательного и тренировочного процессов.

Учебный год в МБОУ ДО «ДЮСШ» начинается 1 сентября.

Образовательная деятельность осуществляется по реализации дополнительных предпрофессиональных программ по видам спорта, дополнительных общеразвивающих программ и программам спортивной подготовки в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

Учебный план по программам спортивной подготовки разрабатывается из расчета на 46 недель тренировочных занятий



школы и 6 недель – каникул (во время каникул возможно проведение занятий в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, участие в физкультурных и спортивных мероприятиях и самостоятельная работа обучающихся на период их активного отдыха).

Учебный план включает обучение на этапах спортивной подготовки:

- начальной подготовки (от 1 до 3-х лет);
- тренировочный этап (от 1 до 5 лет в зависимости от вида спорта и в соответствии с федеральными требованиями).

Соотношение объемов обучения по видам спортивной подготовки по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре. Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по видам спортивной подготовки по отношению к общему объему учебного плана: С увеличением общего годового объема часов изменяются по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую подготовку. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляются в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки.

Учебный план по предпрофессиональным программам рассчитан на Занятия в группах проводятся по учебному плану, рассчитанному на 45 учебных недель в год для реализации предметных областей в рамках проведения теоретических и практических занятий, тренировочных и спортивных мероприятий и самостоятельную работу учащихся, на период их активного отдыха. Учебный год по предпрофессиональным программам начинается 1 сентября и заканчивается 12 июля.

Организация образовательного процесса по предпрофессиональным программам включает в себя следующие уровни:

- базовый уровень - до 6 лет обучения;
- углубленный уровень - до 4 лет обучения.

Учебный план по общеразвивающим программам рассчитан на 39 учебных недель (144 ч.). Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 31 мая. Выходными и праздничными днями считаются: 04-05 ноября, 31 декабря, 01-09 января, 23 февраля, 8 марта, 01-03 мая и 09 мая.

Содержание деятельности в учебной группе определяется тренером-преподавателем с учетом образовательных программ и учебных планов. Выбирая средства и методы обучения, тренеры-преподаватели (тренеры) отдают предпочтение развивающим методикам, учитывают индивидуальные особенности обучающихся, формируют устойчивые интересы и навыки самостоятельной работы.

Часовая нагрузка распределяется согласно учебным программам с учетом возраста и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся. Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого. Продолжительность образовательного процесса на каждом этапе обучения определяется образовательной программой.



Организация образовательного процесса по общеразвивающим программам реализуется в спортивно-оздоровительных группах. Срок освоения определяется общеразвивающей программой по видам спорта.

Организация тренировочного процесса регламентируется календарным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

Тренировочные занятия с учащимися в возрасте до 16 лет проводятся с 8.00 часов до 20.00 часов, в возрасте от 16 лет - занятия проводятся с 8.00 до 21.00 часа.

Продолжительность одного тренировочного занятия в день:

- при обучении по общеразвивающим программам - не более 2-х академических часов;
- при обучении на базовом уровне 1-4 года обучения - не более 2-х академических часов;
- при обучении на базовом уровне 5-6 года обучения - не более 3-х академических часов;
- при обучении на углубленном уровне 1-4 года обучения - не более 3-х академических часов.

1 академический час равен 45 минутам.

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

Спортивно-оздоровительные группы:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- разносторонняя физическая подготовка;
- знакомство с основами техники выполнения физических упражнений;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- содействие гармоничному формированию растущего организма.

Базовый уровень:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- всестороннее развитие физических качеств детей;
- выявление задатков и способностей обучающихся;



- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки;
- овладение основами техники в избранном виде спорта;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- содействие гармоничному формированию растущего организма.

Углубленный уровень:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях по избранным видам спорта;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей спортсменов;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими спортсменами, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;
- самостоятельная работа спортсменов по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация.

Учебные занятия – основной элемент образовательного процесса, строится на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей детей.

Численный состав групп и часовая нагрузка определяется в соответствии с локальными актами МБОУ ДО «ДЮСШ» Назаровского района.

Набор занимающихся осуществляется до 15 сентября текущего года.







## Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Владелец сертификата: организация, сотрудник

Сертификат: серийный номер, период действия

Дата и время подписания

Подписи отправителя:



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКО-  
ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА"  
НАЗАРОВСКОГО РАЙОНА  
Бляхер Дмитрий Анатольевич, ДИРЕКТОР

028A3F0A48AA094A8C11AFA3C1BD39953  
5E7C4A2  
с 07.02.2022 06:20 по 07.05.2023 06:20  
GMT+03:00

18.10.2022 06:56 GMT+03:00  
Подпись соответствует файлу документа

Подписи получателя:



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКО-  
ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА"  
НАЗАРОВСКОГО РАЙОНА  
Бляхер Дмитрий Анатольевич, ДИРЕКТОР

028A3F0A48AA094A8C11AFA3C1BD39953  
5E7C4A2  
с 07.02.2022 06:20 по 07.05.2023 06:20  
GMT+03:00

18.10.2022 07:02 GMT+03:00  
Подпись соответствует файлу документа