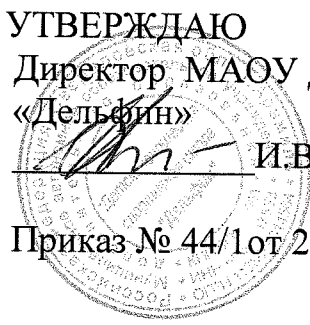


УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ДО ДЮСШ  
«Дельфин»

 И.В.Белогубова

Приказ № 44/1 от 25 августа 2017г.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**дополнительной предпрофессиональной программы**  
**начального этапа обучения**  
**по лыжным гонкам**  
**на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа «Дельфин»

г. Арамиль  
2017г.

**Пояснительная записка к учебному плану  
дополнительной предпрофессиональной программы  
начального этапа обучения  
по лыжным гонкам  
(нормативный срок освоения – 3 года)**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы начального этапа обучения по лыжным гонкам составлен в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 "Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», с Уставом МАОУ ДО «ДЮСШ «Дельфин» (далее – ДЮСШ «Дельфин») на основе документов, определяющих содержание дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта:

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

2. Приказ Министерства спорта Российской Федерации 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»;

3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом ДЮСШ «Дельфин».

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

- непрерывность обучения;

- оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы начального этапа обучения по лыжным гонкам состоит из 5 предметных областей.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по лыжным гонкам);

5 % - теория и методика физической культуры и спорта;

30 % - общая и специальная физическая подготовка;

50% - избранный вид спорта;

10 % - другие виды спорта и подвижные игры;

5% - самостоятельная работа обучающихся.

### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются ДЮСШ «Дельфин» самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы начального этапа обучения по лыжным гонкам в каникулярный период обеспечивается пребыванием в оздоровительных лагерях, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. В учебном плане предусмотрен объем часов для проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Промежуточная и итоговая аттестации проводятся в форме тестирования:

- теория и методика ФКиС – собеседование;
- общая физическая подготовка – нормы ОФП, соответствующие этапу обучения и возрасту;
- избранный вид спорта – выполнение разрядных требований по результатам соревнований.

Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных особенностей занимающихся;

- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;

- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;

- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;

- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования по каждой предметной области.

### Учебный план начального этапа обучения по лыжным гонкам

Предметные области	Этап начальной подготовки				
	Этапы (периоды) подготовки	НП 2	НП 3	Форма промежуточной и итоговой аттестации	Объем обучения (%)
Теория и методика физической культуры и спорта		18	18	Т	5%
Общая и специальная физическая подготовка		106	106	Т	30%
Избранный вид спорта		176	176	Т	50%
Пользовательские игры и другие виды спорта		35	35		10%
Самостоятельная работа		17	17		5%
<b>Итого</b>		<b>352</b>	<b>352</b>		<b>100%</b>
Количество часов в неделю		8	8		
Количество недель		44	44		

Т- тестирование