

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ДО ДЮСШ

«Дельфин»



И.В.Белогубова

Приказ № 44 от 25.08 2017г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**дополнительной общеразвивающей образовательной программы
спортивно-оздоровительного этапа обучения
по плаванию
на 2017-2018 учебный год**

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

**Пояснительная записка к учебному плану
дополнительной общеразвивающей образовательной программы
спортивно-оздоровительного этапа обучения
по плаванию
(нормативный срок освоения – 1 год)**

Дополнительная общеразвивающая программа по плаванию составлена 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 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 ДЮСШ «Дельфин», образовательные потребности обучающихся и их родителей.

Учебный план обеспечивает:

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы по плаванию для спортивно-оздоровительного этапа состоит из 4 предметных областей. Срок обучения – 1 год.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

5 % - теоретическая подготовка;

35 % - общая и специальная физическая подготовка;

50% - избранный вид спорта,

10 % - другие виды спорта и подвижные игры.

Режим функционирования.

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

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

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия – 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы спортивно-оздоровительного этапа обучения по плаванию в каникулярный период обеспечивается самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Промежуточная и итоговая аттестации по дополнительной общеразвивающей программе по плаванию не проводятся.

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;
- медико-восстановительные мероприятия.

Учебный план

Предметные области	Спортивно-оздоровительный этап	Форма промежут. аттестации	Объем обучения (%)
	СОГ		
Этапы (периоды) подготовки			
Количество часов в неделю	5		
Количество недель	44		
Теория и методика ФКиС	11	-	5%
Общая физическая подготовка	77	-	35%
Избранный вид спорта	110	-	50%
Физическая подготовка на суше и воде	52		
Спортивно-техническая подготовка (на суше, на воде)	48		
Тестирование, участие в соревнованиях	4		
Психологическая подготовка	6		
Другие виды спорта и подвижные игры	22	-	10%
Итого	220		100%