

Утверждаю:  
Директор МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин»  
Е.В. Редькина  
Приказ от 03.10.2022 № 122



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**Муниципального автономного образовательного учреждения**  
**дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа**  
**«Дельфин»**  
**на 2022-2023 учебный год**

**Пояснительная записка  
к учебному плану МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин»  
на 2022–2022 учебный год**

Учебный план определяет направления образовательной деятельности отделений по видам спорта и составлен в соответствии:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 24.07.1998 № 118-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

- Федеральный закон Российской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;

- Приказ Минспорта России от 23.09.2021 № 728 «Об утверждении федеральных государственных требований к дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»;

- Приказ Минспорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Приказ Минобрнауки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Закон Свердловской области от 16.07.2012 № 70-ОЗ «О физической культуре и спорте в Свердловской области»;

- Устав МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин»;

- лицензия на осуществление образовательной деятельности;

- с учетом федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта: баскетбол, волейбол, велоспорт, лыжные гонки, плавание, спортивная (вольная) борьба, футбол, хоккей и шахматы;

- с учётом запросов детей, их индивидуальных интересов и возможностей, потребности семьи, образовательных учреждений.

МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин» осуществляет образовательную деятельность физкультурно-спортивной направленности, работает по общеобразовательным программам:

- дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта по видам спорта: баскетбол, волейбол, велоспорт, лыжные гонки, плавание, спортивная (вольная) борьба, футбол, хоккей и шахматы;
- дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности по общей физической подготовке.

### **1. Особенности учебного плана**

Учебный план определяет направления образовательной деятельности отделений по видам спорта, названия реализуемых программ, количество часов в неделю и количество учебных групп по годам и этапам обучения. Количество часов и групп определяется приоритетами образовательной направленности, социальным заказом родителей, муниципальным заданием.

Учебный план дополнительных предпрофессиональных программ по видам спорта состоит из предметных областей, соотношение объемов обучения по которым 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.

Своеобразие учебного плана в том, что он:

- отражает приоритеты развития образовательного пространства, определяемый концепцией формирования регионального компонента образования;
- соблюдает нормы продолжительности обучения по годам подготовки.
- соответствует преемственности всех этапов обучения;
- соответствует запросам родителей (законных представителей) и обучающихся.

Учебный план отражает:

- целостную систему многолетней спортивной подготовки через реализацию дополнительных предпрофессиональных программ.
- физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре и спорте через реализацию дополнительных предпрофессиональных программ.
- поэтапность обучения в детско- юношеской спортивной школе учащихся.
- развитие индивидуальных способностей в области физкультуры и спорта.
- предпрофессиональную подготовку детей и подростков, проявление у них профессионального интереса.

Учебный план дополнительных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности по общей физической подготовке определен составом учебных разделов, обеспечивающих реализацию дополнительных образовательных программ.

Учебный план раскрывает последовательность и этапность образовательной деятельности в соответствии с возможностями и

физиологическими особенностями обучающихся, с установленными сроками и уровнями сложности, формами организации учебно-тренировочного процесса:

- 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.

## **2. Программно-целевые основания, положенные в основу учебного плана**

Учебный план МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин» является нормативным правовым актом, устанавливающим объёмы учебного времени, отводимого на усвоение дополнительных предпрофессиональных программ по видам спорта и годам обучения.

Приоритетные направления развития образовательного процесса в МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин»:

1. Развитие правовых механизмов, обеспечивающих образовательный процесс и реализацию образовательных программ;
2. Развитие процесса стандартизации в образовании как системного развития содержания образования;
3. Развитие механизмов, обеспечивающих роль и актуализацию профессионального потенциала тренеров-преподавателей, потенциала развития МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин».

Цель образовательного процесса в МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин»:  
создание условий, гарантирующих право граждан на качественное дополнительное образование.

Основные задачи:

- физическое воспитание личности,
- приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта,
- физическое совершенствование,
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни,
- укрепление здоровья,
- выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляются в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки. Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые учебно-тренировочные занятия.

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

### **3. Характеристика структуры учебного плана**

Учебный план каждого уровня обучения определяет:

- объём учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка);
- содержание форм промежуточной аттестации.

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

Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием учебно-тренировочных занятий, которые разрабатывает и утверждает МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин» самостоятельно.

Основными и дополнительными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- теоретическая подготовка;
- общая физическая подготовка;
- избранный вид спорта;
- различные виды спорта и подвижные игры;
- самостоятельная работа;
- специальные навыки
- физкультурные и спортивные мероприятия;
- промежуточная аттестация.

Организованное начало учебного года - 1 сентября. Организованное окончание учебного года - 31 августа.

Набор и комплектование групп спортивного оздоровления проводится до 15 октября.

Расписание учебно-тренировочных занятий составляется в соответствии с режимом работы МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин» и нормативными актами.

Академический час учебно-тренировочного занятия – 45 мин.

Учебный план рассчитан на 42 недели учебно-тренировочных занятий для реализации дополнительных предпрофессиональных программ по видам спорта и дополнительных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности по общей физической подготовке.

Тренировочный процесс осуществляется по 6-дневной рабочей неделе (включая воскресенье) с выходным днём по расписанию. Недельный режим учебно-тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки. В течении учебного года возможна корректировка содержания учебного плана в зависимости от кадровой обеспеченности и наполняемости учебных групп.

Количество тренировочных дней, учебных часов устанавливается согласно расписанию учебно-тренировочных занятий, каждый тренер-

преподаватель рассчитывает в зависимости от спортивной квалификации учащихся и этапа подготовки (базовый и углубленный), составляя годовой календарный учебный график для каждой группы на основании общего календарного учебного графика, утвержденного МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин».

Учебный план предусматривает динамику роста спортивных результатов при переходе от одного этапа подготовки к следующему и основывается на следующих показателях:

- возраст занимающихся, год занятий в школе;
- спортивный разряд, количество занятий и учебных часов в неделю, а также организационные формы занятий;
- распределение времени на основные разделы программы по годам обучения и в соответствии с этапами многолетней подготовки.

Дополнительные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности по общей физической подготовке рассчитаны на годичный цикл реализации, тогда как дополнительные предпрофессиональные программы по видам спорта рассчитаны на 10 лет непрерывного цикла реализации программы.

Непрерывность освоения обучающимися дополнительных предпрофессиональных программ по видам спорта в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия;
- участие в соревнованиях и матчевых встречах;
- участие в тренировочных сборах в течение учебного года и в условиях спортивно-оздоровительного лагеря;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования и контроль по каждой предметной области;
- инструкторская и судейская практика.

Методы и формы работы подбирает тренер-преподаватель с учетом реализуемой образовательной программы, а также индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся.

Для общеразвивающих программ продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать 2-х академических часов, максимальная недельная нагрузка – 6 академических часов.

Для предпрофессиональных программ базового уровня 1,2,3,4 годов обучения продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать 2-х академических часов; 5-6 годов обучения – 3-х

академических часов; на углубленном уровне сложности - 3-х академических часов.

**Максимальная нагрузка в неделю  
при реализации образовательных программ составляет:**

Показатель учебной нагрузки	Общеразвивающие программы	Предпрофессиональные программы			
		Базовый уровень сложности			Углубленный уровень сложности
	1 год обучения	1-2 год обучения	3-4 год обучения	5-6 год обучения	1 - 2 год обучения
Количество часов в неделю	6	6	8	10	12
Количество занятий в неделю	3-4	3-4	3-4	4-5	4-5
Общее количество часов в год	276	264	352	440	528

Учебный план по предпрофессиональным программам по видам спорта складывается из двух, преемственно связанных между собой этапов:

- базовый уровень - нормативный срок освоения 6 лет;
- углубленный уровень - нормативный срок освоения до 4 лет (МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин» для обучающихся, ориентированных на поступление 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 области образования и педагогики в сфере физической культуры и спорта, а также ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи, может увеличить срок обучения по образовательной программе на углубленном уровне до 2 лет).

Задачами базового уровня подготовки являются:

- начальное освоение техники и тактики выбранного вида спорта;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение детей к здоровому образу жизни.

Базовый уровень предусматривает изучение и освоение следующих обязательных и вариативных предметных областей:

Обязательные предметные области базового уровня:

- теоретические основы физической культуры и спорта;
- общая физическая подготовка;
- вид спорта.

Вариативные предметные области базового уровня:

- различные виды спорта и подвижные игры;
- специальные навыки.

Характерной чертой углубленного уровня является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок.

Углубленный уровень предусматривает изучение и освоение следующих обязательных и вариативных предметных областей:

Обязательные предметные области углубленного уровня:

- теоретические основы физической культуры и спорта;
- основы профессионального самоопределения;
- общая и специальная физическая подготовка;
- вид спорта.

Вариативные предметные области углубленного уровня:

- различные виды спорта и подвижные игры;
- судейская подготовка;
- специальные навыки.

МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин», для обучающихся, ориентированных на поступление 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 области образования и педагогики в сфере физической культуры и спорта, а также ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи, может увеличить срок обучения по образовательной программе на углубленном уровне до 2 лет.

Изучение и освоение предметных областей образовательной программы осуществляется в рамках проведения теоретических и (или) практических занятий, включая тренировочные, физкультурные и спортивные мероприятия.

Тренировочная нагрузка тренеров-преподавателей распределяется согласно расписанию учебно-тренировочных занятий в МАОУ ДО ДЮСШ «Дельфин».







## **6. Педагогический контроль**

Текущий контроль успеваемости - форма педагогического контроля спортивной формы учащихся, выполнения ими учебных программ по видам спорта в период обучения.

Текущий контроль осуществляется тренером-преподавателем, реализующим дополнительные предпрофессиональные программы:

- в рамках одного тренировочного занятия;
- в рамках нескольких тренировочных занятий (при тематическом контроле);
- в течение года (при осуществлении мониторинга - отслеживания динамики развития физических качеств и/или технических, технико-тактических умений и навыков).

Промежуточная аттестация – форма педагогического контроля динамики спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений учащихся. Промежуточная аттестация осуществляется в конце каждого года обучения для перевода на следующий уровень сложности обучения и для допуска обучающегося к итоговой аттестации

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения учащимися образовательной программы.

Формы аттестации

Тестирование теоретических знаний.

Тестирование общей физической и специальной физической подготовки.

Самостоятельная работа