****

 физкультурно-спортивную деятельность, выявление и поддержка спортивно-одаренных детей.

 При разработке учебного плана соблюдается принцип преемственности между дополнительными общеобразовательными программами, этапами обучения, учитываются материально-технические условия, региональные условия, кадровое обеспечение, календарь спортивно-массовых мероприятий.

 Программы разработаны в соответствии и с учетом основных положений и требований нормативно-правовых актов и законодательства в сфере образования и физической культуры и спорта, соответствуют Федеральным государственным требованиям к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных общеобразовательным программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по таким программам. Программы учитывают требования федеральных стандартов по видам спорта.

 Каждая дополнительная общеобразовательная программа представляет собой нормативный документ, рассмотренный и одобренный педагогическим советом, утвержденный приказом директора учреждения и включает в себя следующие структурные элементы:

***а) дополнительные общеразвивающие программы:***

- пояснительная записка;

- нормативная часть (учебный план);

- методическая часть;

- система контроля и зачетные требования;

- перечень информационного обеспечения.

***б) дополнительны предпрофессиональные программы:***

- пояснительная записка;

- нормативная часть (учебный план);

- методическая часть;

- система контроля и зачетные требования;

- перечень информационного обеспечения.

***Учреждение реализует программу спортивной подготовки по видам спорта : греко-римская борьба , футбол. Структура программы спортивной подготовки включает в себя:***

- пояснительная записка;

- нормативная часть (учебный план);

- методическая часть;

- система контроля и зачетные требования;

- перечень информационного обеспечения.

 **Дополнительные общеразвивающие программы** направлены на спортивно-оздоровительную деятельность обучающихся от 4 до 18 лет при условии наличия медицинской справки о допуске к занятиям**.**

В учреждении реализуются дополнительные общеразвивающие программы по группе видов спорта:

игровым видам спорта (шахматы) срок реализации весь период;

командным игровым видам спорта (футбол, волейбол. баскетбол) – срок реализации весь период;

сложно-координационным видам спорта (спортивная гимнастика 2 года , черлидинг –– срок реализации 4 года );

спортивным единоборствам (спортивная борьба) – срок реализации весь период;

служебно-прикладным и военно-прикладным видам спорта (спортивный туризм) – срок реализации -весь период.

 **Дополнительные предпрофессиональные программы** по видам спорта направлены на физкультурно-спортивную деятельность обучающихся от возраста зачисления в зависимости от вида спорта в соответствии с рекомендациями Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта до 18 лет.

**Дополнительные предпрофессиональные программы:**

 *по командным игровым видам спорта ( мальчики, девочки) :*

- по баскетболу минимальный возраст зачисления 8 лет, срок реализации 8 лет;

- по футболу, минимальный возраст зачисления – 8 лет, срок реализации 8 лет;

- по волейболу, минимальный возраст зачисления – 9 лет, срок реализации 8 лет.

*по спортивным единоборствам:*

- спортивная борьба, минимальный возраст зачисления 10 лет, срок реализации 8 лет.

 **Программа спортивной подготовки по греко-римской борьбе** направлена на спортивную подготовку обучающихся, с 10 до 18 лет (в соответствии с рекомендациями Федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта). Срок реализации программы 8 лет.

 **Программа спортивной подготовки по футболу** направлена на спортивную подготовку обучающихся, с 8 до 18 лет (в соответствии с рекомендациями Федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта футбол). Срок реализации программы 8 лет.

 ДЮСШорганизует учебно- тренировочные занятия и спортивно-массовые мероприятия в режиме 7-дневной учебной недели, оптимально соответствующей эффективности осуществления воспитательно-образовательного процесса.

 Учебный план рассчитан на 46 учебных недель непосредственно в условиях ДЮСШ и дополнительно 6 недель, в условиях оздоровительного лагеря, учебно-тренировочных сборов и (или) самостоятельной работы, соответствует максимальному объему нагрузки обучающихся для обучения по общеобразовательным и предпрофессиональным программам и на 52 недели для обучения по программам спортивной подготовки.

 Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые тренировочные занятия, индивидуальные тренировочные занятия, тренировочные сборы, участия в соревнованиях или иных мероприятиях. Тренировочные занятия являются основным элементом образовательного процесса, строятся на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей обучающихся. Содержание деятельности в тренировочной группе определяется тренером-преподавателем с учетом дополнительных общеобразовательных программ и учебных планов. При выборе средств и методов обучения тренеры-преподаватели отдают предпочтение развивающим методикам, учитывают индивидуальные особенности обучающихся, формируют устойчивые интересы и навыки самостоятельной работы. Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого.

**Продолжительность одного учебного занятия не может превышать:**

- на спортивно-оздоровительном (дополнительные общеразвивающие программы) – 2 академических часов;

- на этапе начальной подготовки (дополнительные предпрофессиональные программы, программы спортивной подготовки) – 2 академических часов;

- на тренировочном этапе (дополнительные предпрофессиональные программы) – 2 академических часов (1-2 г.г.обучения); 3 часов (3-5 годы обучения).

- на тренировочном этапе (программы спортивной подготовки) – 3 часов.

 Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с обучающимися из разных групп, если соблюдаются следующие условия:

- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает двух спортивных разрядов;

- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;

- не превышен максимальный состав объединенной группы.

 Распределение времени в учебном плане на предметные области подготовки по этапам и годам обучения осуществляется с конкретными задачами многолетней спортивной подготовки и обеспечения преемственности дополнительных общеобразовательных программ:

***Спортивно-оздоровительный этап:***

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

- формирование культуры здорового образа и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

***Этап начальной подготовки:***

 - удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

- формирование культуры здорового образа и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

- выявление задатков и способностей обучающихся;

- освоение основ техники в избранном виде спорта;

 - содействие гармоничному формированию растущему организму;

- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

 ***Тренировочный этап :***

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

- закрепление культуры здорового и безопасного образа жизни, у;

- совершенствование техники избранного вида спорта;

- развитие специальных физических качеств;

- повышение уровня физической подготовленности;

 - приобретение и накопление соревновательной практики

- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в области физической культуры и спорта.

**Общий режим работы МБУДОДЮСШ**

Организованное начало тренировочного сезона – 1 сентября.

В каникулярный период увеличиваются дополнительные образовательные услуги в соответствии с каникулярным планом за счет проведения соревнований, спортивно-массовых и воспитательных мероприятий.

**Занятия н**ачинаются в 8.00 и заканчиваются в 20.00. Для обучающихся 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 (*СанПиН 2.4.4.3172-14 ).*

**2. Содержание учебного плана**

**2.1. Учебный план**

**по общеразвивающим Программам на 2018-19 учебный год**

 **Дополнительная общеразвивающая программа «Баскетбол»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы программы** | **Количество часов** |
| 1. | Теоретическая подготовка | 16 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 96 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 36 |
| 4. | Изучение и совершенствование техники игры | 48 |
| 5. | Изучение и совершенствование тактики игры | 18 |
| 6. | Учебные и тренировочные игры | 48 |
| 7. | Участие в соревнованиях | 14 |
|  | **Всего**  | **276** |

 **Дополнительная общеразвивающая программа «Волейбол»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Разделы программы** | **Количество часов** |
| 1. | Теоретическая подготовка | 16 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 96 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 36 |
| 4. | Изучение и совершенствование техники игры | 48 |
| 5. | Изучение и совершенствование тактики игры | 18 |
| 6. | Учебные и тренировочные игры | 48 |
| 7. | Участие в соревнования | 14 |
|  | **Всего**  | **276** |

**Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Разделы программы** | **Количество часов** |
| 1. | Теоретическая подготовка | 16 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 96 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 36 |
| 4. | Изучение и совершенствование техники игры | 48 |
| 5. | Изучение и совершенство-вание тактики игры | 18 |
| 6. | Учебные и тренировочные игры | 48 |
| 7. | Участие в соревнованиях | 14 |
|  | **Всего**  | **276** |

 **Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивный туризм»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Раздел подготовки** | **Часы** |
| **1.** | **Теоретическая подготовка** | **20** |
| **1.** | Общая физическая подготовка | 157 |
| **2.** | Специальная физическая подготовка | 76 |
| **3.** | Технико-тактическая подготовка | 27 |
| **4.** | Теоретическая подготовка | 6 |
| **5.** | Психологическая подготовка | 6 |
| **6.** | Контрольно-переводные испытания | 4 |
| **7.** | Медицинское обследование | Два раза в год |
|  | **Общее количество часов** | **276** |

 **Дополнительная общеразвивающая программа «Спортивная гимнастика»**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы программы** |
| **1год** | **2год** |
| 1 | Теоретическая подготовка | 13 | 13 |
| 2 | Общая физическая подготовка | 75 | 70 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 60 | 65 |
| 4 | Основные акробатические упражнения | 55 | 50 |
| 5 | Изучение техники гимнастических упражнений | 70 | 75 |
| 6. | Контрольные нормативы | 3 | 3 |
|  | **Всего**  | **276** | **276** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Вид подготовки | Количество часов |
|  |  |  |
| 1. | Теоретическая подготовка | 74 |
| 2. | Практическая подготовка | 190 |
| 3. | Медицинское обследование | 4 |
| 4. | Контрольные испытания | 8 |
|  | Итого: | **276** |

 **Дополнительная общеразвивающая программа «Шахматы»**

**Дополнительная общеразвивающая Программа «Спортивная борьба»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Раздел образовательной деятельности  | часы |
| 1 | Теория и методика физической культуры и спорта | 22 |
| 2 | Общая и специальная физическая подготовка | 74 |
| 3 | Избранный вид спорта и техническая подготовка | 127 |
| 4 | Другие виды спорта и подвижные игры | 6 |
| 5 | Тактическая и психологическая подготовка | 41 |
| 6 | Переводные испытания | 6 |
|  **ИТОГО:** | **276** |

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Черлидинг»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Разделы программы** | **Количество часов** |
| **1 го** | **2 год** | **3 год** | **4 год** |
| 1. | Теоретическая подготовка | 14 | 16 | 16 | 16 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 94 | 94 | 74 | 72 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 34 | 34 | 34 | 30 |
| 4. | Базовые элементы черлидинга | 77 | 75 | 95 | 101 |
| 5. | Базовая хореографическая подготовка | 53 | 53 | 53 | 53 |
| 6. | Контрольные нормативы | 4 | 4 | 4 | 4 |
|  | **Всего** | **276** | **276** | **276** | **276** |

 **Дополнительная общеразвивающая программа «тхэквондо»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы программы** | **Количество часов** |
| 1 | Теоретическая подготовка | 5 |
| 2 | Общая физическая подготовка | 157 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 80 |
| 4 | Технико-тактическая подготовка | 28 |
| 5 | Психологическая подготовка | 6 |
|  | **Всего**  | **276** |

**2.2. Учебный план**

**по дополнительным предпрофессиональным Программам**

**2.2.1. Дополнительная предпрофессиональная Программа по баскетболу**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Разделы подготовки | Этап начальной подготовки | Тренировочный этап |
| 1 год | 2-3 года | 1-2 годы | 3 год | 4-5 годы |
| **1.** | **Теоретическая подготовка** | **28** | **37** | **55** | **83** | **83** |
| **2.** | **Общая физическая подготовка** | **55** | **66** | **94** | **124** | **83** |
| **3.** | **Специальная физическая подготовка** | **33** | **45** | **72** | **116** | **99** |
| **4.** | **Избранный вид спорта:** | **138** | **191** | **287** | **439** | **497** |
| *4.1.* | *Техническая подготовка* | *74* | *99* | *133* | *190* | *182* |
| *4.2.* | *Тактическая, психологическая подготовка* | *28* | *40* | *77* | *125* | *149* |
| *4.3.* | *Интегральная подготовка* | *22* | *37* | *60* | *99* | *132* |
| *4.4.* | *Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика* | *14* | *15* | *17* | *25* | *34* |
| **5.** | **Самостоятельная работа обучающихся, в том числе по ИУП** | **22** | **29** | **44** | **66** | **66** |
|  **Общий объем часов** | **276** | **368** | **552** | **828** | **828** |

* + 1. **Дополнительная предпрофессиональная программа по волейболу**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №пп | Разделы подготовки | Этап начальной подготовки | Тренировочный этап |
| 1 год | 2-3 годы | 1-2 годы | 3-4 годы | 5 год |
| 1. | Теоретическая подготовка | 39 | 44 | 61 | 83 | 83 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 55 | 70 | 66 | 83 | 83 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 36 | 53 | 88 | 141 | 149 |
| 4. | Избранный вид спорта: | 124 | 173 | 293 | 455 | 447 |
| *4.1.* | *Техническая подготовка* | *58* | *88* | *160* | *240* | *249* |
| *4.2.* | *Тактическая, психологическая подготовка* | *33* | *40* | *61* | *75* | *66* |
| *4.3.* | *Интегральная подготовка* | *28* | *30* | *39* | *75* | *66* |
| *4.4.* | *Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика* | *5* | *15* | *33* | *65* | *66* |
| 5. | Самостоятельная работа обучающихся, в том числе по УТС | 22 | 28 | 44 | 66 | 66 |
|  **Общий объем часов** | **276** | **368** | **552** | **828** | **828** |

* + 1. **Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №пп | Разделы подготовки | Этап начальной подготовки | Тренировочный этап |
| 1 год | 2-3 года | 1-2 годы | 3 год | 4-5 годы |
| 1. | Теоретическая подготовка | 28 | 37 | 55 | 83 | 83 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 55 | 66 | 94 | 124 | 83 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 33 | 44 | 72 | 116 | 99 |
| 4. | Избранный вид спорта: | 138 | 191 | 287 | 439 | 497 |
| *4.1.* | *Техническая подготовка* | *74* | *99* | *133* | *190* | *182* |
| *4.2.* | *Тактическая, психологическая подготовка* | *28* | *40* | *77* | *125* | *149* |
| *4.3.* | *Интегральная подготовка* | *22* | *37* | *60* | *99* | *132* |
| *4.4.* | *Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика* | *14* | *15* | *17* | *25* | *34* |
| 5. | Самостоятельная работа обучающихся, в том числе по ИУП | 22 | 30 | 44 | 66 | 66 |
|  **Общий объем часов** | **276** | **368** | **552** | **828** | **828** |

* 1. **Учебный план по программам спортивной подготовки**

**2.3.1.Программа спортивной подготовки по греко-римской борьбе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы подготовки | Этап начальной подготовки | Тренировочный этап |
| 1 год | 2-3 года | 1-2 года | 3-5 лет |
| Теоретическая подготовка | 4% | **12** | 3% | **14** | 4% | **25** | 4.5% | **47** |
| Общая физическая подготовка | 52.5% | **164** | 40% | **187** | 26% | **162** | 19% | **198** |
| Специальная физическая подготовка | 17% | **53** | 17% | **80** | 21% | **131** | 23% | **239** |
| Технико-тактическая подготовка | 23% | **72** | 27% | **126** | 30% | **188** | 30% | **312** |
| Психологическая подготовка | 3% | **9** | 5% | **23** | 5% | **31** | 4.5% | **47** |
| Восстановительные мероприятия | - | **-** | 6% | **28** | 8% | **50** | 13% | **135** |
| Инструкторская и судейская практика | - |  | 1% | **5** | 2% | **12** | 2% | **20** |
| Участие в соревнованиях | 0.5% | **2** | 1% | **5** | 4% | **25** | 4% | **42** |
| Врачебный и медицинский контроль |  | **2 раза в год** |  | **2 раза в год** |  | **2 раза в год** |  |  |
|  Общий объем процентов, часов | 100% | **312** | 100% | **468** | 100% | **624** | 100% | **1040** |

**2.3.2. Программа спортивной подготовки по футболу**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №пп | Разделы подготовки | Этап начальной подготовки | Тренировочный этап |
| 1 год | 2-3 года | До 2-х лет | Свыше 2 –х лет |
| 1. | Теоретическая подготовка | 6 | 9 | 12 | 16 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 49 | 57 | 72 | 95 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 16 | 22 | 47 | 65 |
| 4. | Техническая подготовка | 123 | 141 | 140 | 146 |
| 4.2. | Тактическая подготовка | 25 | 27 | 33 | 48 |
| 4.3. | Технико-тактическая (интегральная) подготовка | 78 | 90 | 140 | 216 |
| 4.4. | Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика | 15 | 18 | 24 | 38 |
|  **Общий объем часов** | **312** | **364** | **468** | **624** |

* 1. **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы Азовского района на 2018-2019 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Отделение(группа видов спорта) | Этап подготовки, год обучения | К-во групп | К-во учащихся во всех группах | К-во часов в 1 группе в неделю | К-во часов в 1 группе в год | К-во часов во всех группах в год | Реализуемая программа |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Командные игровые виды спортаБАСКЕТБОЛ | НП 1 год обучения | 3 | 45 | 6 | 312 | 936 | Дополнительная предпрофессиональная программа |
| НП 2 год обучения | 3 | 42 | 8 | 416 | 1248 |
| НП 3 год обучения | 1 | 14 | 8 | 416 | 416 |
| ТЭ 1 год обучения | 4 | 56 | 12 | 624 | 2496 |
| ТЭ 2 года обучения | 1 | 12 | 12 | 624 | 624 |
| ТЭ 3 год обучения | 1 | 12 | 18 | 936 | 936 |
| Спортивно-оздоровительный | 7 | 105 | 6 | 312 | 2184 | Дополнительная общеразвивающая программа |
| **Итого на отделении баскетбола** | **20** | **286** | **70** | **3640** | **8840** | Дополнительная предпрофессиональная программа |
| Командные игровые виды спортаВОЛЕЙБОЛ | НП 2 год обучения | 3 | 42 | 8 | 416 | 1248 |
| ТЭ 1 год обучения | 7 | 98 | 12 | 624 | 4368 |
| ТЭ 2 год обучения | 2 | 24 | 12 | 624 | 1248 |
| ТЭ 3 год обучения | 2 | 24 | 18 | 936 | 1872 |
| Спортивно-оздоровительный | 18 | 270 | 6 | 312 | 5616 | Дополнительная общеразвивающая программа |
| **Итого на отделении волейбола** | **32** | **458** | **56** | **2912** | **14352** |  |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ГРЕКО -РИМСКАЯБОРЬБА  | НП 1 год обучения | 2 | 30 | 6 | 312 | 624 | Программа спортивной подготовки |
| НП 2 год обучения | 1 | 14 | 9 | 468 | 468 |
| НП 3 год обучения | 3 | 42 | 9 | 468 | 1404 |
| ТЭ 1 год обучения | 3 | 42 | 12 | 624 | 1872 |
| **Итого**  | **на отд. Греко-римской борьбы** | **9** | **128** | **56** | **2912** | **4368** |
| Спортивные единоборства | Спортивно-оздоровительная группа | 6 | 90 | 6 | 312 | 1872 | Доп.общеор.программа |
|  |  | 3 | 156 | 156 |  |
| **Итого на отделении спортивные единоборства** | **6** | **90** | **9** | **468** | **2028** |  |
| Командные игровые виды спортаФУТБОЛ | НП 1 год обучения | 4 | 60 | 6 | 312 | 1248 | **Спортивная подготовка** |
| НП 2 год обучения | 5 | 70 | 8 | 416 | 2080 | Дополнительная предпрофессиональная программа |
| НП 3 год обучения | 3 | 42 | 8 | 416 | 1248 |
| ТЭ 1 год обучения | 3 | 42 | 12 | 624 | 1872 |
| ТЭ 2 год обучения | 4 | 48 | 12 | 624 | 2496 |
| ТЭ 3 год обучения | 1 | 12 | 18 | 936 | 936 |
| ТЭ 5 год обучения | 1 | 12 | 18 | 936 | 936 |
| Спортивно-оздоровительный | 8 | 120 | 6 | 312 | 2496 | Доп.общер.программа |
| **Итого на отделение командные игровые виды спорта (футбол)** | **29** | **406**  | **88** | **4576** | **13312** |  |
| Сложно-координаци-онные виды спорта | Спортивно-оздоровительная группа | 4 | 60 | 6 | 312 | 1248 | Дополнительная общеразвивающая программа |
| **Итого на отделении сложно-координационные виды спорта** | **4** | **60** | **6** | **312** | **1248** |
| Игровые виды спорта | Спортивно-оздоровительная группа | 3 | 45 | 6 | 312 | 936 | Дополнительная общеразвивающая программа |
| **Итого на отделении игровые виды спорта** | **3** | **45** | **6** | **312** | **936** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| Служебно-прикладные и военно-прикладные виды спорта | Спортивно-оздоровительная группа | 8 | 120 | 6 | 312 | 2496 | Дополнительная общеразвивающая программа |
| **Итого на отделении с**лужебно-прикладные и военно-прикладные виды спорта | **8** | **120** | **6** | **312** | **2496** |
|  | **ВСЕГО ПО ДЮСШ** | **111** | **1593** | **294** | **15288** | **47580** |  |

Всего учащихся – 1593 (**1557 БЕЗ 3 СТАВОК**) Часов в год – 47580 Часов в неделю – 915 Педагогических ставок – 50.83; из них 3 ставки: методист, психолог, секретарь.