

Принято:

на заседании педсовета МБУ ДО
«ДЮСШ Чурапчинского улуса»
Протокол № _____ от
«__» _____ 2020 г

Согласовано:

Начальник МКУ «УО
Чурапчинского улуса (района)»
_____/Посельский Ю.П./
«__» _____ 2020 г.

Утверждено:

Директор МБУ ДО «ДЮСШ
Чурапчинского улуса» РС(Я)
_____/Егоров Д.В. /
Приказ № _____ от
«__» _____ 2020 г.

Учебный план

*муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
"Детско-юношеская спортивная школа Чурапчинского улуса»
Республики Саха (Якутия)*

по дополнительной образовательной программе
в области физической культуры и спорта
на 2020-2021 учебный год

Пояснительная записка

Учебный план на 2020-2021 учебный год муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования "Детско-юношеская спортивная школа Чурапчинского улуса" разработан на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным Законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012;
- Приказ Минспорта России «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" от 15.11.2018 г. № 939;
- Приказ Минспорта РФ от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области ФКиС»;
- Приказ Минспорта России «О внесении изменений в Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, утвержденный приказом Минспорта России от 12.09.2013 № 731;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологические правил СП 3.1/2.4 3598 – 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 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 МОиН РС(Я) от августа 2020 года № 01-03/724 «Об утверждении методических рекомендаций по работе учреждений дополнительного образования в 2020-2021 у.г.»;
- Приказа Министерства образования и науки РС(Я) от 07 августа 2020 г. N РЕГНОМЕР «Об утверждении методических рекомендаций по организации образовательного процесса в условиях санитарно-эпидемиологического благополучия на территории Республики Саха (Якутия) и предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в 2020-2021 учебном году»;
- Приказ Министерства образования и науки РС(Я) от 2020 г. N 01-03/724 «Об утверждении методических рекомендаций по работе учреждений дополнительного образования в 2020-2021 учебного году»;
- Лицензии на осуществление дополнительной образовательной деятельности;
- Устав и локальные нормативные акты ДЮСШ.

Цели и задачи дополнительного образования:

Цель: выявления одаренных детей в раннем возрасте, создания условий для их физического воспитания, приобретения ими теоретических знаний, умений, практических навыков, для осуществления их подготовки к получению профессионального образования в области физической культуры и спорта.

Задачи:

- 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;
- 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;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;

- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Учебный план способствует реализации общеобразовательной программы по двум направлениям:

1 направление: обучение по дополнительным общеразвивающим программам (спортивно-оздоровительные программы). Обучение проводится весь период в спортивно-оздоровительных группах (СО).

2 направление: обучение по дополнительным предпрофессиональным программам. Образовательная программа предусматривает один уровень сложности (базовый или углубленный) или два уровня сложности базовый и углубленный). Срок обучения по образовательной программе составляет 8 лет (6 лет для базового уровня и 2 года для углубленного уровня). (таблица №1).

Таблица №1

Дополнительная предпрофессиональная программа					
Уровни образовательной программы	Базовый уровень сложности			Углубленный уровень сложности	
	Года обучения	1-2 годы обучения	3-4 годы обучения	5-6 годы обучения	1 - 2 годы обучения
Сокращенное наименование учебных групп	БУС-1,2	БУС-3,4	БУС-5,6	УУС-1,2	УУС-3,4

Минимальный возраст и максимальный возраст для зачисления в ДЮСШ:

- обучающимся по общеразвивающим программам (СО) дети с 5 до 18 лет и взрослые.
- обучающимся по предпрофессиональным программам дети с 6 до 18 лет.

Для завершения обучения по предпрофессиональной программе допускается обучение учащихся молодежи до 21 года.

Наполняемость групп определяется согласно федеральному стандарту спортивной подготовки по отдельным видам спорта. Группы более 20 человек могут разделиться на две подгруппы.

Характерные черты учебного и воспитательного процесса:

- организация образовательного процесса регламентируется учебным планом, годовым планом спортивно-массовых мероприятий;
- характеризуется добровольностью, инициативностью и активностью всех участников образовательного процесса (детей, родителей, педагогов);
- направлено на развитие спортивных способностей учащихся, совершенствование их физической подготовки;
- воспитательная работа ведется с учетом интересов, склонностей и способностей учащихся, на принципах взаимоуважения и сотрудничества.
- При организации работы в условиях профилактики и предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) УДОД проводят организационные санитарно-противоэпидемиологические мероприятия согласно методическому рекомендацию по работе учреждений дополнительного образования в 2020-2021 учебного году.

Режим учебно-тренировочных занятий

Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом в течение календарного года, в том числе в выходные дни и в каникулярное время (с постоянным и (или) переменным составом). Трудоемкость обучения по общеразвивающим программам регламентировано локальным актом учреждения. Образовательный процесс в учреждении ведется на русском и на якутском языке.

Обучение проводится согласно расписанию занятий. Расписание занятий составляется администрацией по представлению тренера-преподавателя с учетом пожеланий родителей (законных представителей) детей, в целях установления наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

Режим проведения учебно-тренировочных занятий (согласно утвержденному расписанию) с 8.00 часов утра и заканчивается не позднее 20.00 часов.

Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет:

- на спортивно-оздоровительной группе два академических часа.

- в базовом уровне сложности 1,2,3 года обучения два академических часа
- в базовом уровне сложности 4,5,6 года обучения и в углубленном уровне сложности 1 и 2 года обучения три академических часа.
- в углубленном уровне сложности 3 и 4 года обучения четыре академических часа.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более – 8 академических часов.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах. Академический час в Учреждении составляет 45 минут.

Для детей начальных классов учреждений академический час составляет:

- в 1-2 классах – 30 мин.
- в 3-4 классах – 40 мин.

Продолжительность учебной недели составляет шесть дней кроме воскресенья. Трудоемкость образовательной программы определяется из расчета не менее 42 недели в год. В каникулярное время проводятся учебно-тренировочные сборы, организуются спортивно-оздоровительные лагеря загородные или с дневным пребыванием, спортивно-массовые мероприятия, занятия по индивидуальным планам и т.д.

Основные формы организации тренировочного процесса:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу, или экипаж;
- самостоятельная работа, занимающихся по индивидуальным планам;
- **формы дистанционного** (заочного) обучения и **смешанного** (очно-заочного) **обучения** с применением электронных образовательных технологий в период карантина (внештатных ситуациях);
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся, воспитанников.

Занятия могут проводиться в одновозрастных и разновозрастных группах, индивидуально или всем составом объединения. Каждый обучающийся имеет право заниматься в нескольких объединениях, менять их в соответствии с их потребностями и способностями.

Комплектование вновь созданных групп осуществляется тренером-преподавателем до двух раз в год:

- не позднее 15 октября текущего года;
- не позднее 15 февраля текущего года.

При комплектовании групп допускается разница в возрасте детей в одной группе:

- спортивно-оздоровительный этап – все возрастные категории;
- базовый уровень сложности – до 5 лет (учитывая год рождения);
- углубленный уровень сложности – до 5 лет (учитывая год рождения).

Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп. При объединении в одну группу обучающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности разница в уровнях их спортивного мастерства не должна превышать двух разрядов.

Сроки проведения диагностики результативности и подведение итогов реализации программ.

- один раз в год (май, июнь) проводится промежуточная аттестация, в течение года текущий контроль.

Выпускниками спортивной школы являются обучающиеся сдавшие выпускной норматив и прошедшие срок обучения по образовательным программам:

- 6 лет обучения на базовом уровне сложности;
- 8 лет обучения (6 лет на базовом и 2 года на углубленном уровне сложности);
- 10 лет обучения (6 лет на базовом и 4 года на углубленном уровне сложности);

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к объему учебного плана по Программе базового и/ или углубленного уровня

Таблица №2

№ п/п	Наименование предметных областей	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана <u>базового уровня сложности</u> Программы	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана <u>углубленного уровня сложности</u> Программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	10-25%	10-15%
1.2.	Общая физическая подготовка	20-30%	-
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	10-15%
1.4.	Вид спорта	15-30%	15-30%
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	15-30%
2.	Вариативные предметные области*		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15%	5-10%
2.2.	Судейская подготовка	-	5-10%
2.3.	Развитие творческого мышления	5-20%	5-20%
2.4.	Национальный региональный компонент	5-20%	5-20%
2.5.	Специальные навыки	5-20%	5-20%
2.5.	Спортивное оборудование и специальные навыки	5-20%	5-20%

**вариативные предметные области выбираются ДЮСШ, осуществляющей образовательную деятельность, в зависимости избранного вида спорта.*

Максимальная продолжительность учебно-тренировочных занятий в неделю в зависимости от вида спорта не может превышать:

- 6 часов в базовом уровне сложности 1 и 2 года обучения;
- 8 часов в базовом уровне сложности 3 и 4 года обучения;
- 10 часов в базовом уровне сложности 5 и 6 года обучения;
- 12 часов в углубленном уровне сложности 1 и 2 года обучения;
- 14 часов в углубленном уровне сложности 3 и 4 года обучения.

В группах, где нагрузка составляет более 20 часов, возможно проведение двух тренировок в день.

Учебные группы на освоение предпрофессиональной программы

Устанавливаются следующие учебные группы по уровню сложности и году обучения предпрофессиональной программы согласно приказу минспорта России от 15.11.2018 г. № 939.

Базовый уровень сложности (БУС) 6 лет обучения:

- БУС-1 года обучения
- БУС-2 года обучения
- БУС-3 года обучения
- БУС-4 года обучения
- БУС-5 года обучения
- БУС-6 года обучения

Углубленный уровень сложности (УУС) 2 или 4 года обучения:

- УУС-1 года обучения
- УУС-2 года обучения
- УУС-3 года обучения
- УУС-4 года обучения

Имеющиеся у ребенка знания, умения и навыки, приобретенные им за пределами ДЮСШ, а также наличие у него творческих и интеллектуальных способностей, а при необходимости и физических данных, могут позволить ему: - приступить к освоению предпрофессиональной

программы не с первого года ее реализации (поступления в ДЮСШ не в первый год обучения, но и в другие года обучения, за исключением выпускного);

- перейти на сокращенную предпрофессиональную программу в результате достижения высоких результатов освоения пройденного учебного материала при обучении либо по предпрофессиональной, либо по общеразвивающей программе.

Требования к минимуму содержания предпрофессиональной программы

В программном материале по **предметным областям** в *базовом уровне предпрофессиональной* программы предусмотрены следующие разделы:

1. Обязательные предметные области базового уровня
теоретические основы физической культуры и спорта;
общая и специальная физическая подготовка;
вид спорта.
2. Вариативные предметные области базового уровня:
различные виды спорта и подвижные игры;
развитие творческого мышления;
хореография и (или) акробатика;
уход за животными, участвующих в спортивных соревнованиях;
национальный региональный компонент;
специальные навыки;
спортивное специальное оборудование.

В программном материале по **предметным областям** в *углубленном уровне предпрофессиональной* образовательной программы предусмотрены следующие разделы:

1. Обязательные предметные области углубленного уровня
теоретические основы физической культуры и спорта;
основы профессионального самоопределения;
общая и специальная физическая подготовка;
вид спорта.
2. Вариативные предметные области базового уровня:
различные виды спорта и подвижные игры;
судейская подготовка;
развитие творческого мышления;
хореография и (или) акробатика;
уход за животными, участвующих в спортивных соревнованиях;
национальный региональный компонент;
специальные навыки;
спортивное специальное оборудование.

Изучение **вариативных предметных областей** может совмещаться с изучением обязательных предметных областей полностью или частично путем проведения занятий разными педагогическим работником.

Вариативные предметные области дают возможность расширения и (или) углубления подготовки обучающихся, определяемой содержанием обязательных предметных областей предпрофессиональной программы, получения обучающимися дополнительных знаний, умений и навыков. Предусматривается участие обучающихся в физкультурных и спортивных мероприятиях, а также участие обучающихся в иных видах практических занятий:

- регулярное организованное посещение в качестве зрителей спортивных соревнований по виду спорта и иных спортивных мероприятий, проводимых на территории субъекта РФ, муниципального образования;

- организация возможности посещений в качестве зрителей спортивных соревнований, в том числе межрегиональных и всероссийских;

- организация и проведение совместных мероприятий с другими организациями, в том числе с организациями, осуществляющими спортивную подготовку.

При изучении обязательной и вариативной предметных областей уровней предпрофессиональных программ учебным планом предусматривается объем времени, выделяемый на самостоятельную работу обучающихся по каждой предметной области.

**Комплектование учебно-тренировочных групп на 2020-2021 учебный год
сентябрь 2020 г.**

**Комплектование учебно-тренировочных групп на 2020-2021 учебный год
с 1 октября 2020 г.**

№	Вид спорта		Уровень подготовки	Кол-во групп	Кол-во часов в неделю	К-во часов за 42 недели	Кол-во детей на 2020-21 у.г.	
							1 полугодие	
1	Бокс		БУС 1-2-3	1	8	336	15	
			БУС 4-5-6	1	11	462	13	
2			БУС 1-2-3	1	6	252	12	
			БУС 4-5-6	1	8	336	12	
			УУС 1-2	1	10	420	11	
Всего:			5	43	1806	63		
3	Гиревой спорт		БУС 1-2	1	6	252	26	
			БУС 3-4	1	8	336	5	
			БУС 5-6	1	8	336	11	
4			СОГ	1	6	252	15	
			БУС 1-2-3	1	6	252	5	
			БУС 4-5-6	1	8	336	1	
Всего:			6	42	1764	63		
5	Фитнес-аэробика		СОГ	1	6	252	10	
			БУС 1-2	1	6	252	5	
			БУС 3-4	1	8	336	8	
Всего:			3	20	840	23		
6	Волейбол (девушки)		БУС 1	1	6	252	10	
			БУС 2	1	6	252	15	
			БУС 3	1	8	336	12	
7	Волейбол (юноши)		БУС 1	1	6	252	12	
			БУС 2	1	6	252	20	
			БУС 3	1	8	336	7	
Всего:			6	40	1680	76		
8	Мас-рестлинг		БУС 1-2	1	6	252	9	
			БУС 3	1	8	336	6	
			БУС - 4	1	8	336	8	
9			БУС 1-2-3	1	6	252	20	
			БУС 4-5-6	1	8	336	17	
			УУС 1	1	10	420	12	
10		БУС 1-2-3	1	8	336	15		
		БУС 4-5-6	1	12	504	19		
Всего:			8	66	2772	106		

11	Настольный теннис	БУС 1-2	1	6	252	15			
		БУС 3	1	6	252	11			
		БУС 4	1	8	336	5			
12		БУС 1-2	1	6	252	6			
		БУС 3	1	6	252	7			
		БУС 4	1	8	336	0			
13		БУС 1-2	1	4	168	19			
		БУС 3-4	1	6	252	12			
		УУС 1-2	1	10	420	6			
		Всего:	9	60	2520	81			
14	Якутские нац. прыжки	БУС 1-2	1	6	252	9			
		БУС 3	1	6	252	13			
		Всего:	2	12	504	22			
15	Пулевая стрельба	БУС 1-2	1	6	252	26			
		БУС 3	1	6	252	13			
		БУС 4	1	8	336	6			
16		БУС 1-2-3	1	6	252	8			
		БУС 4-5-6	1	8	336	17			
		УУС 1-2	1	10	420	7			
		Всего:	6	44	1848	77			
17		Северное многоборье	БУС 1-2	1	4	168	10		
			БУС 3-4	1	8	336	10		
	УУС -1-2		1	10	420	9			
Всего:	3		22	924	29				
18	Вольная борьба	БУС 1-2	1	4	168	7			
		БУС 3-4	1	6	252	10			
		БУС 5	1	8	336	19			
19		БУС 1-2	1	8	336	12			
		БУС 3-4	1	12	504	13			
		БУС 1	1	4	168	12			
20		БУС 2	1	5	210	11			
		Всего:	7	47	1974	84			
21		Легкая атлетика	БУС 1-2	1	6	252	20		
	БУС 3		1	6	252	13			
	Всего:		2	12	504	33			
22	Стрельба из лука	БУС 1-2	1	4	168	12			
		БУС 3	1	5	210	10			
		Всего:	2	9	378	22			
Итого по Предпроф. программе:			59	417	17514	679			

Работа с взрослым населением

1	Инструктор по фк (хапсагай)	СОГ 1 СОГ 2	2	15	630	12 13	25
2	Инструктор по фк (мас-рестлинг)	СОГ 1 СОГ 2 СОГ 3	3	30	1260	14 11 10	35

3	Инструктор по фк (лыжный спорт)		СОГ 1 СОГ 2	2	15	630	13 12	25
Итого:				7	60	2520	85	

25	Итого на 2020-2021 у.г.			66	477	20034	764
-----------	--------------------------------	--	--	-----------	------------	--------------	------------

Сводная ведомость количества часов и учащихся на 2020-21 у.г.

№	Вид спорта	Кол-во групп	Кол-во детей	Кол-во часов в неделю	К-во часов за 42 недели	Шт/ ед
1	Бокс	5	63	43	1806	2,38
2	Гиревой спорт	6	63	42	1764	2,33
3	Фитнес -аэробика	3	23	20	840	1,11
4	Волейбол	6	76	40	1680	2,22
5	Мас-рестлинг	8	106	66	2772	3,66
6	Настольный теннис	9	81	60	2520	3,33
7	Якут.нац. прыжки	2	22	12	504	0,66
8	Пулевая стрельба	6	77	44	1848	2,44
9	Сев.многоборье	3	29	22	924	1,22
10	Вольная борьба	7	84	47	1974	2,61
11	Легкая атлетика	2	33	12	504	0,66
12	Стрельба из традиц. лука	2	22	9	378	0,5
Итого:		59	679	417	17 514	23,17
Работа с взрослым населением						
1	Инструктор по ф/к (хапсагай)	2	25	15	630	0,5
2	Инструктор по ф/к (мас-рестлинг)	3	35	30	1260	1
3	Инструктор по ф/к (лыжи)	2	25	15	630	0,5
Итого:		7	85	60	2520	2
Итого на 2020-2021 у.г.		66	764	477	20034	25,17