Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

Спортивная школа Кесовогорского муниципального округа

(МБУ ДО Спортивная школа Кесовогорского муниципального округа)

|  |  |
| --- | --- |
| Принято  Педагогическим Советом  МБУ ДО СШ  протокол № \_\_\_\_  от \_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023г. | Утверждаю  Директор МБУ ДО СШ  Кесовогорского округа  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Муравьев А.Ю.  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023г. |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**на 2023-2024 учебный год**

п. Кесова Гора

2023г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Учебный план является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса СШ и нацелен на:

1. Обеспечение равных возможностей для занятий физической культурой и спортом подрастающего поколения вне зависимости от доходов и благосостояния семьи.

2. Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, осуществление гармоничного развития личности. Воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся.

3. Обеспечение реализации дополнительных образовательных программ в интересах личности, общества по различным видам спорта, направленных на физическую и специальную подготовку занимающихся, развитие их способностей в избранном виде спорта.

Учебный план отражает специфику СШ, реализуя физкультурно-спортивную направленность в индивидуальных и игровом виде спорта.

В учебный план согласно Типового положения и Методических рекомендаций по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации, Устава МБУ ДО СШ входят группы: этап начальной подготовки (ЭНП), тренировочный этап подготовки (ТЭП) по видам спорта.

Спортивная школа - учреждение дополнительного образования детей, основной деятельностью которого является физическая и спортивная подготовка детей и подростков. Их личностное развитие.

По способу организации деятельности и оценке ее результатов учреждение, работает по государственным и модифицированным программам с обязательными занятиями.

СШ осуществляет образовательную деятельность физкультурно-спортивной направленности. Физкультурное направление реализуется в таких формах, как физическое воспитание (связанное с освоением физических и духовных сил человека) и двигательная

реабилитация (восстановление). Задачами этого направления является: привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально - волевых и этических качеств.

Спортивное направление реализуется по программам видов спорта: мини-футбол, настольный теннис, бокс, лыжные гонки, борьба самбо, волейбол. Перед этими направлениями стоят задачи: формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний в избранном виде спорта; укрепление здоровья; развитие физических (двигательных) способностей и повышение роста спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей обучающихся и требований программ по видам спорта; профилактика вредных привычек и правонарушений.

Содержание учебной и воспитательной деятельности в СШ соответствует основным направлениям федеральной и региональной политики в области физкультуры и спорта, интересам обучающихся, социальному заказу общества и родителей. Стратегия образовательной деятельности направлена на создание условий для развития личности, способной к социализации в современном обществе, для разностороннего физического развития детей, удовлетворения их интересов, самообразования и творчества, труда, профессионального самоопределения, разумного содержательного отдыха.

Содержание образования развивается в соответствии с целями и задачами правительственной Программы восстановления и развития спортивных школ РФ, концептуальными подходами в развитии содержания дополнительного физкультурно-спортивного образования, Уставом, программой развития и образовательной программой СШ.

Содержание образовательных программ развивается с учетом современных социально - экономических особенностей, состояния здоровья, образовательных и познавательных потребностей детей.

Образовательный процесс обеспечивает обучающимся свободу выбора вида деятельности с учетом собственных интересов и склонностей на основе преемственности, вариативности, интегрированности. Содержание программ дополнительного образования разно уровневое, учитывает психолого-физиологические особенности детей разных возрастных групп.

Образовательный процесс ориентируется на социальные, практико-ориентированные и здоровье сберегающие педагогические технологии, поэтому, активно развивается система социального партнерства и взаимодействия с различными образовательными учреждениями и организациями.

**Характеристика структуры учебного плана.**

Расчет часов и планирование исходят из продолжительности учебно-тренировочных занятий в течение 46 недель в условиях спортивной школы (для всех этапов подготовки и с традиционным началом учебного года с 1 сентября). Кроме того, 6 недель отводятся на переходный период (летнее время), когда работа планируется в зависимости от условий для организации централизованной подготовки в спортивном лагере или по индивидуальным планам и заданиям.

Организационная структура многолетней спортивной подготовки основывается на реализации следующих этапов подготовки:

- этап начальной подготовки (ЭТП);

- тренировочный этап подготовки (ТЭП).

1) В группах этапа начальной подготовки (ЭНП) решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию;

- овладение основами техники выполнения физических упражнений;

- повышение уровня общей физической и функциональной подготовленности обучающихся на основе занятий культивируемыми в СШ видами спорта;

- заполнение свободного времени учащихся, возможность интересно и содержательно организовать свой досуг;

- привитие интереса к занятиям спортом;

- воспитание черт спортивного характера.

2) Тренировочный этап подготовки (ЭТП) 1-2 годов обучения с предварительной спортивной специализацией создают базис самоопределения личности через возрастные этапы функционального деятельностного образования, достаточного для самоопределения и самореализации в сферах межличностных и социальных отношении, уровня готовности к творческой деятельности и самостоятельному принятию решении в изменяющейся жизненной ситуации.

На учебно-тренировочном этапе 1-2 годов обучения решаются следующие задачи:

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;

- овладение основами техники избранного вида спорта;

- формирование основных двигательных умений и навыков;

- приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях в избранных видах спорта;

- уточнение спортивной специализации;

- формирование основных навыков ведения тактической борьбы в избранном виде спорта;

- приобретение навыков в организации и проведении соревновании.

ТЭП 3-5 годов обучения с углубленными учебно-тренировочными занятиями в избранном виде спорта создают условия для достижения обучающимися уровня зрелости, достаточного для самоопределения и самореализации в жизни. На этом этапе решаются следующие задачи:

- совершенствование техники избранного вида спорта;

- воспитание специальных физических качеств;

- повышение уровня функциональной подготовленности;

- освоение доступных тренировочных нагрузок;

- накопление соревновательного опыта в избранном виде спорта

-формирование доступного арсенала приёмов ведения тактической борьбы.

**Учебный план на 2023-2024 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название отделений** | **Кол-во групп** | **Кол-во детей** | **Кол-во часов** | **ЭНП-свыше 1 года обучения** | | | **ТЭП** | | | | | **ИТОГО** |
| **1г.** | **2г.** | **3г.** | **1г.** | **2г.** | **3г.** | **4г.** | **5г.** |
|  | Волейбол | 1 | 15 | 6 | 15чел.  1гр. | . | - | - |  | - | - | - | **15 чел.**  **1гр.** |
|  | Настольный теннис | 2 | 42 | 17 | 22чел.  1гр. | - | - | - | - | - | 20чел.  1гр. | - | **42чел.**  **2гр.** |
|  | Мини-футбол | 3 | 52 | 21 | 36 чел.  2гр. |  | - | - | - | 16чел.  1гр. |  | - | **52 чел.**  **3гр.** |
|  | Лыжные гонки | 1 | 23 | 8 | 23чел.  1гр. | - | - | - | - | - | - | - | **23 чел.**  **1гр.** |
|  | Борьба самбо | 1 | 20 | 8 | - | - | 20 чел,1гр. | - | - | - | - | - | **20 чел.**  **1гр.** |
|  | Бокс | 1 | 15 | 8 | - | 15чел.  1гр. | - | - | - | - | - | - | **15 чел.**  **1гр.** |
|  | **ИТОГО** | **9** | **167** | **68** | **86чел.**  **5гр.** | **15чел.**  **1гр.** | **20 чел,1гр.** | **-** |  | **16чел.**  **1гр.** | **20чел.**  **1гр.** | **-** | **167 чел.**  **9 гр.** |

**Сетка часов на 2023-2024 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Отделение** | **Наименование групп** | **Кол-во часов в год** | **Макс.**  **кол-во занимающихся** | **Кол-во групп** | **Кол-во занимающихся** | **Макс.**  **кол-во учебных**  **часов в неделю** | **Кол-во часов** | |
|  | Волейбол | ЭНП-свыше 1 года обучения | 276 | 15 | 1 | 15 | 6 | 6 | 6 |
|  | Настольный теннис | ЭНП-свыше 1 года обучения  ТЭП | 368  414 | 30  30 | 1  1 | 22  20 | 8  9 | 8  9 | 17 |
|  | Мини-футбол | ЭНП-свыше 1 года обучения  ТЭП | 552  414 | 40  20 | 2  1 | 36  16 | 12  9 | 12  9 | 21 |
|  | Лыжные гонки | ЭНП-свыше 1 года обучения | 368 | 30 | 1 | 23 | 8 | 8 | 8 |
|  | Борьба самбо | ЭНП-свыше 1 года обучения | 368 | 25 | 1 | 20 | 8 | 8 | 8 |
|  | Бокс | ЭНП-свыше 1 года обучения | 368 | 15 | 1 | 15 | 8 | 8 | 8 |
|  | ВСЕГО: |  |  |  | 9 | 167 |  | 68 | |