**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящий учебный план разработан в соответствии и с учетом основных положений и требований:

-Конституции Российской Федерации;

-Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

-Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЭ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

-Федеральным законом от 03.11.2006 № 174-ФЗ "Об автономных учреждениях";

-Федеральным законом от 12.01.1996 № 7-ФЗ "О некоммерческих организациях";

-Федеральным законом от 30.04.2021 №127-ФЗ « О внесении изменений в Федеральный закон « О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федерального закона « Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Указом Президента Российской Федерации от 7мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственно политики в области образования и науки»;

- Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»

- Постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;

- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- Распоряжением Правительства РФ от 7 августа 2009 г. № 1101-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года»;

- Распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

- Распоряжением Правительства РФ от 24 апреля 2015 г. № 729-р «Об утверждении плана мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей, утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р»;

- Распоряжением Правительства РФ от 17 октября 2018 г. № 2245-р «Об утверждении Концепции подготовки спортивного резерва в Российской Федерации до 2025 года и плана мероприятий по ее реализации»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2018г. № 939 «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»;

- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12 сентября 2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»;

- Приказом Министерства спорта РФ от 7 марта 2019 г. № 187 «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»;

- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 года №298н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых"»;

- Совместным письмом Министерства спорта Российской Федерации от 10.09.2019 № ИСК-ПВ-10/9327 и Министерства просвещения Российской Федерации от 10.09.2019 № 06-985;

- Совместным письмом Министерства спорта Российской Федерации от 02.09.2019 № СК-ПВ-10/7666 и Министерства просвещения Российской Федерации от 02.09.2019 № МР-070/06.

-Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Уставом МАОУ ДО ДЮСШ МР Чишминский район РБ.

Учебный план направлен на достижение основных целей МАОУ ДО

ДЮСШ - создание оптимальных условий для развития детско-юношеского

спорта, повышения уровня физической подготовленности и спортивных

результатов обучающихся с учетом индивидуальных особенностей,

воспитания их морально-этических и нравственно-волевых качеств.

Основным условием для достижения целей МАОУ ДО ДЮСШ МР Чишминский район РБ является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его индивидуальных особенностей, возможностей и способностей, которая обеспечивается решением специфических задач на каждом этапе обучения.

При разработке учебного плана соблюдается принцип преемственности

между дополнительными общеобразовательными программами, этапами

обучения, учитываются материально-технические условия, региональные

условия, кадровое обеспечение, календарь республиканских и муниципальных

соревнований по видам спорта, дополнительные общеобразовательные

программы.

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 общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по таким программам. Программы учитывают требования федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Каждая дополнительная общеобразовательная программа представляет

собой нормативный документ, рассмотренный и одобренный педагогическим советом.

**Дополнительные образовательные программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название программы Срок реализации** | **Информация о программе** | **Возраст обуч-ся** | **Автор программы** |
| **1** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта баскетбол.  Весь период | В спортивно-оздоровительных группах юные баскетболисты изучают основы техники баскетбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры, получают теоретические сведения о строении организма, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса, изучают тактическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, гибкости и координации движения; | 7-18 лет | Сахабутдинов Ф.Н. |
| **2** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта легкая атлетика.  Весь период | Данная программа является актуальной и востребованной для детей и их родителей , поскольку занятия легкой атлетикой являются общедоступным видом спорта, раскрывающим себя для занимающихся в разнообразии дисциплин, т.е. видов спортивных упражнений: бега, прыжков, метания, и вовлекающего детей в соревновательную деятельность. Занятия легкой атлетикой способствуют положительному оздоровительному эффекту и повышению социального статуса ребенка. | 6-18 лет | Нигматуллина Г.В. |
| **3** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта пулевая стрельба  Весь период | В спортивно-оздоровительных группах осуществляется развитие физических качеств обучающихся, овладение основными навыками пулевой стрельбы, формирование знаний по здоровому образу жизни. | 8-18 лет | Гилязетдинов Т.Г. |
| **4** | Дополнительная общеразвивающая программа по адаптивной физической культуре.  Весь период | Программа дает возможность для поиска новых эффективных форм организации и обеспечения высокого качества учебного процесса, деликатное содействие устранению недостатков физического развития, укрепление здоровья воспитанников с помощью адаптивных упражнений. | 6-18 лет | Бадретдинова З.Г. |
| **5** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта футбол.  Весь период | Программа создана на специально для взрослых любителей футбола, желающих вывести свою игру на принципиально новый уровень. Программа нацелена не на фитнес и не на увеличение мышечной массы, хотя, заметное улучшение физической формы является приятным побочным эффектом занятий. В первую очередь программа ориентирована на повышение игрового мастерства тех, кто искренне любит футбол. | 18-35 лет | Зарипов Т.М. |
| **6** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта футбол. | В предлагаемой программе наряду с физкультурно-оздоровительной и воспитательной работой, направленной на разностороннюю физическую подготовку | 7-18 лет | Весь период |
| **7** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта пауэрлифтинг. | Программа направлена на:  - улучшение физического, психического и интеллектуального развития ребенка;  - культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;  - выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте. | 10-18 лет | Весь период |
| **8** | Программа по программе «Здоровое поколение -сильный регион»  4 года | Программа физкультурно – оздоровительной направленности, способствующая профилактике простудных заболеваний. Данная программа направлена на укрепление здоровья детей младшего школьного возраста 8 – 10 лет. К занятиям привлекаются учащиеся основной школы | 8 – 10 лет | Заманов О.Б. |
| **9** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта борьба на поясах  Весь период | В предлагаемой программе наряду с физкультурно-оздоровительной и воспитательной работой, направленной на разностороннюю физическую подготовку | 7-18 лет | Гибадуллин И.Р. |
| **10** | Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта настольный теннис  Весь период | Предлагаемая программа направлена на создание условий:  - для развития личности занимающихся;  - приобщения к здоровому образу жизни;  - профилактику асоциального поведения;  - укрепления психического и физического здоровья. | 7-18 лет | Исмагилов А.Р. |
| **11** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта шахматы.  6 лет | Программа взаимосвязана с ее воспитательными и развивающими возможностями, направлена на благотворное, формирующее влияние на развитие качеств личности, которые сегодня востребованы в самых разных областях профессиональной деятельности. Это целеустремленность, воля, самодисциплина, способность к стратегическому мышлению и другие. | 6-18 лет | Нуриев Ф.М. |
| **12** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта лапта .  6 лет | Программа направлена на:  - улучшение физического, психического и интеллектуального развития ребенка;  - культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;  - выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте. | 10-18 лет | Исмагилова А.А. |
| **13** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта легкая атлетика.  8лет | Исходя из наличия тренировочной базы в МАОУ ДО ДЮСШ культивируются следующие дисциплины легкой атлетики: Бег на короткие дистанции, бег на средние и длинные дистанции, прыжки. Многолетняя подготовка легкоатлетов делится на три этапа, каждый из которых является звеном в общей системе подготовки и связан с определенным возрастом и уровнем подготовленности обучающихся. | 9-18 лет | Нигматуллина Г.В. |
| **14** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта бокс  8 лет | Программа направлена на постепенный переход от обучения приема и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей, переход от обще подготовительных средств к наиболее специализированным, увеличения объема тренировочных нагрузок. | 10-18 | Исхаков А.М. |
| **15** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта плавание.  7 лет | Программа по плаванию рассчитана на детей, подростков и молодых людей. Обучающийся должен в совершенстве овладеть техникой и тактикой избранного вида спорта, приобрести соревновательный опыт и специальные знания, умения и навыки. На всём этапе обучения рассматриваются пути максимальной реализации индивидуальных возможностей организма спортсмена и его двигательного потенциала | 8-18 лет | Костусенко Р.К. |
| **16** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта хоккей  8 лет | Основополагающей составляющей данной программы является взаимосвязь процессов обучения (получения знаний), тренировки(формирования и совершенствования умений, навыков, технических приемов) и соревнований (практического применения знаний умений, навыков в условиях реальной игры). | 9-18 лет | Валиуллин А.В. |
| **17** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта волейбол  8 лет | В программе представлена модель построения системы подготовки юных спортсменов: учебный план, планы-графики учебного процесса на каждый год обучения, варианты распределения занятий в недельном микроцикле в зависимости от периода и условий подготовки, схемы отдельных микроциклов и тренировочных занятий разной направленности. | 9-18 лет | Бикбулатова М.А, |
| **18** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта футбол  8 лет | Данная программа сохраняет преемственность существующих подходов и принципов, содержит необходимые разделы, отвечающие современным требованиям на этапах многолетней спортивной подготовки, и является более приемлемой для условий нашего учреждения. | 8-18 лет | Зарипов Т.М. |
| **19** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта пулевая стрельба  6 лет | Программа направлена формирование стойкого интереса и сознательного отношения к занятиям физической культурой и спортом, обеспечение разносторонней физической подготовки стрелков и формирования специальных качеств, совершенствование техники и тактики стрельбы, совершенствование психических качеств, изучения материальной части оружия. | 9-18 лет | Гилязетдинов Т.Г. |
| **20** | Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта баскетбол  8 лет | Программа направлена на постепенный переход от обучения приема и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей, переход от обще подготовительных средств к наиболее специализированным, увеличения объема тренировочных нагрузок. | 8-18 лет | Сахабутдинов А.Ф. |
| **21** | Программа спортивной подготвки по виду спорта лыжные гонки  8 лет | Отличительная особенность данной программы заключается в том, что основой подготовки занимающихся является не только технико-тактическая подготовка юных лыжников гонщиков, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта. Физические нагрузки распределяются с учетом возрастных особенностей организма обучающихся. | 9-17 лет | Исмагилова А.А. |
| **22** | Программа спортивной подготвки по виду спорта плвание  7 лет | Программа по плаванию рассчитана на детей, подростков и молодых людей. Обучающийся должен в совершенстве овладеть техникой и тактикой избранного вида спорта, приобрести соревновательный опыт и специальные знания, умения и навыки. На всём этапе обучения рассматриваются пути максимальной реализации индивидуальных возможностей организма спортсмена и его двигательного потенциала. | 7-16 лет | Костусенко Р.К. |

Учебный план рассчитан на 42 учебные недели, соответствует максимальному объему нагрузки обучающихся.

Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые тренировочные занятия, индивидуальные тренировочные занятия,

тренировочные сборы, участие 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.

Часовая нагрузка распределяется согласно дополнительным

общеобразовательным программам с учетом возраста обучающихся, и

дифференцированного подхода к каждому обучающемуся.

Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого.

Продолжительность одного учебного занятия не может превышать:

-на спортивно-оздоровительном этапе - 2 академических часов;

- на базовом этапе - 2-3 академических часов;

- на углубленном этапе - 3 часа;

При проведении более одного тренировочного занятия в один день

суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8

академических часов.

Наполняемость учебных групп:

- спортивно-оздоровительных – 15-25 человек,

- начальный этап 15-25 человек,

- тренировочный – 8-16 человек.

Допускается проведение тренировочных занятий одновременно с

обучающимися из разных групп, если соблюдаются следующие условия:

- разница в уровне подготовки обучающихся не превышает двух спортивных

разрядов и (или) спортивных званий;

- не превышена единовременная пропускная способность спортивного

сооружения;

- не превышен максимальный состав объединенной группы.

**ОБЩИЙ РЕЖИМ РАБОТЫ МАОУ ДО ДЮСШ**

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 начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 (Постановление Главного государственного

санитарного врача РФ 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»).

**Примерный годовой учебный план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование предметных областей.**  **Формы учебной нагрузки.** | **Общий**  **объем учебной нагрузки (в часах)** | **Распределение по годам обучения** | | | | | | | | |
| **Начальный этап** | | | | **Тренировочный этап** | | | | |
| **1** | **2** | **3** | **4** | | **5** | **6** | **1** | **2** |
| **1.** | **Обязательные предметные области** | **1882** | **174** | **174** | **174** | **236** | | **236** | **294** | **294** | **300** |
| 1.1. | Теоретические основы физической культуры и спорта | 134 | 14 | 14 | 14 | 16 | | 16 | 20 | 20 | 20 |
| 1.2. | Общая физическая подготовка | 781 | 80 | 80 | 80 | 110 | | 110 | 137 | 124 | 60 |
| 1.3. | Общая и специальная физическая подготовка | 62 |  |  |  |  | |  |  |  | 62 |
| 1.4. | Вид спорта (техническая и тактическая подготовка) | 927 | 80 | 80 | 80 | 110 | | 110 | 137 | 150 | 180 |
| 1.5. | Основы профессионального самоопределения | 24 |  |  |  |  | |  |  |  | 24 |
| **2.** | **Вариативные предметные области** | **766** | **70** | **66** | **64** | **86** | | **84** | **108** | **106** | **182** |
| 2.1. | Различные виды спорта и подвижные игры | 238 | 22 | 22 | 20 | 34 | | 32 | 48 | 40 | 20 |
| 2.2. | Специальные навыки | 354 | 30 | 28 | 26 | 30 | | 30 | 40 | 46 | 124 |
| 2.3. | Спортивное и специальное оборудование бассейна | 156 | 18 | 16 | 18 | 22 | | 22 | 20 | 20 | 20 |
| 2.4. | Судейская подготовка | 20 |  |  |  |  | |  |  |  | 20 |
| **3.** | **Физкультурные и спортивные мероприятия** | **78** | **4** | **6** | **8** | **8** | | **10** | **12** | **14** | **16** |
| 4. | Самостоятельная работа |  | В режиме учебных занятий | | | | | | | | |
| **5.** | **Аттестация** | **46** | **4** | **6** | **6** | **6** | | **6** | **6** | **6** | **6** |
| 5.1. | Промежуточная аттестация | 40 | 4 | 6 | 6 | 6 | | 6 | 6 |  | 6 |
| 5.2. | Итоговая аттестация | 6 |  |  |  |  | |  |  | 6 |  |
|  | **Количество часов в неделю** | **66** | **6** | **6** | **6** | **8** | | **8** | **10** | **10** | **12** |
|  | **Общий объем учебной нагрузки (в часах)** | **2772** | **252** | **252** | **252** | **336** | | **336** | **420** | **420** | **504** |