

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к учебному плану МАОУ ДО СШ № 6 на 2022-2023 учебный год

Учебный план муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования спортивная школа № 6 муниципального образования город Краснодар имени заслуженного тренера РСФСР Волкова Владимира Дмитриевича составлен в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 01.12.2007 года № 329-ФЗ (ред. От 23.06.2014 г.);
- Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта, утвержденных приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125;
- Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиями реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и срокам обучения по этим программам, утвержденным приказом Минспорта Российской Федерации от 15.11.2018 года № 939;
- Устава МАОУ ДО СШ № 6.

на основании письма министерства спорта Российской Федерации от 30.07.2013 юн-04-10/4409, в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», на основе примерных учебных планов и дополнительных образовательных программ по видам спорта, разработанных МАОУ ДО СШ № 6 в соответствии с приказом министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 г. № 730 «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 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Основной целью образовательной деятельности муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования спортивной школы № 6 муниципального образования город Краснодар имени заслуженного тренера РСФСР Волкова Владимира Дмитриевича является формирование здорового образа жизни, приобщение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, развитие физических, интеллектуальных и нравственных качеств, профессионального самоопределения, достижение спортивных результатов сообразно способностям.

На этапах многолетней подготовки решаются следующие задачи:

Спортивно-оздоровительный этап (СО ФС) по дополнительной образовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности отделения плавания.

- в течение 1 года достичь необходимого уровня тренированности по общей и специальной физической подготовке соответствующих этапам подготовки по

году рождения спортсмена и его спортивной подготовленности в данном виде спорта.

Спортивно-оздоровительный этап (СО ФО) по дополнительной образовательной общеразвивающей программе физкультурно-оздоровительной направленности.

- в течение двух лет достичь необходимого уровня тренированности по общей и специальной физической подготовке соответствующих этапам подготовки по году рождения спортсмена и его спортивной подготовленности в данном виде спорта.

Этап начальной подготовки (НП).

- создание фундамента для разностороннего физического развития спортсменов-учащихся: воспитание общей выносливости, ловкости, силовых и координационных возможностей, овладение основами техники, приобретение необходимых теоретических знаний;

- разносторонняя физическая подготовка и овладение основами техники избранного вида спорта;

- выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки;

- воспитание морально-этических и волевых качеств, становление спортивного характера;

- поиск талантливых в спортивном отношении детей на основе морфологических критериев и двигательной одаренности.

Этап тренировочный (ЭТ).

- обеспечение разносторонней физической подготовленности начинающих спортсменов на основе планомерного увеличения объема тренировочных нагрузок и подбора средств и методов тренировки, позволяющих осуществить эту подготовку целенаправленно, с учетом специфики вида спорта;

- развитие общей выносливости, ловкости, гибкости, воспитание силовой выносливости, ловкости, гибкости, освоение и совершенствование техники избранного вида спорта, приобретение тактического опыта;

- знакомство с правилами избранного вида спорта;

- приобретение соревновательного опыта, участие в соревнованиях различного уровня;

- формирование интереса к целенаправленной многолетней спортивной подготовке, начало интеллектуальной, психологической и тактической подготовки;

- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;

- профилактика вредных привычек и правонарушений.

В своей образовательной деятельности МАОУ ДОД ДЮСШ № 6 руководствуется Законом РФ "Об образовании", нормативно-правовыми основами, регулирующими деятельность СШ, ДЮСШ, СДЮСШОР, законодательными и нормативными актами Министерства образования РФ и Краснодарского края, уставом МАОУ ДО СШ № 6 и другими локальными актами, регламентирующими деятельность СШ.

В учреждении реализуются дополнительные образовательные программы по следующим видам спорта: плавание, баскетбол.

«Умею плавать 25 м.»											1
Самостоятельная работа	1										
Итого	126	14	12	13	13	13	13	8	13	14	13

Комплектование спортивно-оздоровительных групп

Таблица № 2

	Объем учебно-тренировочной работы (часов.в неделю)	Возраст (лет)	Мин. количество учащихся (чел в группе)	Максимальное количество учащихся (чел в группе)
Спортивно-оздоровительное плавание	3	7 -8	15	20

Примерный учебный план на 46 недели тренировочных занятий по дополнительной общеразвивающей программе по плаванию (8 лет)

Таблица № 1

Разделы подготовки	Объем тренировочной деятельности СО (ФО), в % и часах	м е с я ц ы											
		01	02	03	04	05	06	07	09	10	11	12	
Теория и методика физической культуры и спорта	20	2	2	2	2	2	2	-	2	2	2	2	
Общая физическая подготовка	27	3	3	3	3	2	2	-	3	3	3	2	
Специальная физическая подготовка	38	4	4	4	4	3	3	1	3	4	4	4	
Избранный вид спорта, игровая подготовка	166	18	14	11	15	16	18	15	15	16	16	12	
Самостоятельная работа	14	1	1	2	2	2	1	-	2	1	1	1	
Инструкторская и судейская практика, час	5			2								3	
Восстановительные мероприятия и медицинское обследование, час	2			1					1				
Участие в соревнованиях, час	2		-	1	-	-	-	-	-		-	1	
Итоговая и промежуточная аттестация, час	2					1						1	
Общегодовой объем	276	28	24	26	26	26	26	16	26	26	26	26	

Комплектование физкультурно-оздоровительных групп

Таблица № 2

	Объем учебно-тренировочной работы (часов.в неделю)	Возраст (лет)	Мин. количество учащихся (чел в группе)	Максимальное количество учащихся (чел в группе)
Спортивно-оздоровительное плавание	6	7 -18	15	20

Примерный учебный план тренировочных занятий на 46 недель для групп учащихся по дополнительной предпрофессиональной программе (отделения баскетбола)

Таблица № 1

Предметная область	Объем тренировочной деятельности							
	Уровни сложности программы							
	Базовый уровень сложности						Углубленный уровень сложности	
	Б/у-1, в часах	Б/у-2, в часах	Б/у-3, в часах	Б/у-4, в часах	Б/у-5, в часах	Б/у-6, в часах	У/у-1, в часах	У/у-2, в часах
Теория и методика физической культуры и спорта	27	27	27	36	20	20	55	55
Общая физическая подготовка	27	27	27	55	100	100	55	55
Специальная физическая подготовка	38	38	38	36	100	100	82	82
Избранный вид спорта, игровая подготовка	168	168	168	209	130	130	312	312
Самостоятельная работа	14	14	14	18	32	32	27	27
Инструкторская и судейская практика, час	-	-	-	-	2	2	2	2
Восстановительные мероприятия и медицинское обследование, час	-	-	-	-	4	4	-	-
Участие в соревнованиях, час	-	-	-	10	20	20	15	15
Итоговая и промежуточная аттестация, час	2	2	2	4	6	6	4	4
Общегодовой объем	276	276	276	368	414	414	552	552
Часы в неделю	6	6	6	8	9	9	12	12

Таблица № 2 Комплектование групп базового и углубленного уровня сложности

Уровни сложности программы	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления	Количество часов в неделю	Наполняемость групп (чел)	Требования по спортивной подготовке
Базовый уровень сложности	1-й год	8-9 лет	6	20	Выполнение нормативов по ОФП и СФП
	2-й год	9-10 лет	6	20	
	3-й год	10-11 лет	6	20	
	4-й год	11-12 лет	8		
	5-й год	12-13 лет	9		
	6-й год	13-14 лет	9		
Углубленный уровень сложности	1-й год	13-14 лет	12	14	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и ТТП
	2-й год	14-15 лет	12	14	

**Примерный учебный план тренировочных занятий на 46 недель
для групп учащихся по дополнительной предпрофессиональной программе**

Таблица № 1 (отделения плавания)

Таблица № 1 (отделения плавания)									
Предметная область	Объем тренировочной деятельности								
	Уровни сложности программы								
	Базовый уровень сложности							Углубленный уровень сложности	
	в %	Б/У-1, в часах	Б/У-2, в часах	Б/У-3, в часах	Б/У-4, в часах	Б/У-5, в часах	Б/У-6, в часах		
Теория и методика физической культуры и спорта	5	10	10	10	15	20	20	28	28
Общая физическая и специальная подготовка	30	75	75	75	90	100	100	128	128
Избранный вид спорта	50	72	72	72	95	100	100	135	135
Технико-тактическая подготовка, час		72	72	72	95	100	100	135	135
Психологическая подготовка, час		6	6	6	10	14	14	20	20
Инструкторская и судейская практика		-	-	-	-	2	2	2	2
Восстановительные мероприятия и медицинское обследование		2	2	2	2	4	4	4	4
Участие в соревнованиях		10	10	10	17	20	20	30	30
Итоговая и промежуточная аттестация, час		4	4	4	4	6	6	6	6
Другие виды спорта и подвижные игры	5	5	5	5	10	16	16	20	20
Самостоятельная работа	10	20	20	20	30	32	32	44	44
Общегодовой объем	100	276	276	276	368	414	414	552	552
Часы в неделю		6	6	6	8	9	9	12	12

Таблица № 2 Комплектование групп базового и углубленного уровня сложности

Уровни сложности программы	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления	Количество часов в неделю	Наполняемость групп (чел)	Требования по спортивной подготовке
Базовый уровень сложности	1-й год	8-9 лет	6	20	Выполнение нормативов по ОФП и СФП
	2-й год	9-10 лет	6	20	
	3-й год	10-11 лет	6	20	
	4-й год	11-12 лет	8		
	5-й год	12-13 лет	9		
	6-й год	13-14 лет	9		
Углубленный уровень сложности	1-й год	13-14 лет	12	14	Выполнение нормативов по ОФП, СФП и ТТП
	2-й год	14-15 лет	12	14	

Зам. директора МАОУ ДО СШ № 6



О.Н. Гончарова