

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
Городского округа "город Ирбит" Свердловской области
" Ирбитская спортивная школа "
МАОУ ДО «Ирбитская спортивная школа»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ ДО
«Ирбитская спортивная школа»
Ирбитская спортивная школа
Шевчук
Приказ №6-СИ от «30» августа 2023г.



Учебный план

по реализации дополнительных образовательных программ
спортивной подготовки
на 2023/2024 учебный год

Годовой календарный учебный план Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования Городского округа "город Ирбит" Свердловской области "Ирбитская спортивная школа" (далее ДЮСШ) является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в учреждении.

Нормативно-правовую базу календарного учебного графика Ирбитской спортивной школы составляют:

Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273. Федеральный закон «О физической культуре и спорте РФ» от 16.11.07 № 329 – ФЗ.

Типовое Положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей утверждённое Постановлением Правительства Российской Федерации от 26.06. 2012 г. № 504.

Постановление Главного санитарного врача РФ от 3.04.2003 г. № 27 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.1251 – 03».

Задачи:

- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
- уровень освоения объемов учебно – тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- выполнение нормативов массовых спортивных разрядов.
- уровень общего и специального физического развития, и функционального состояния организма обучающихся;
- динамика спортивных достижений, результаты выступлений в официальных региональных, всероссийских и международных соревнованиях;
- зачисление воспитанников спортивной школы в училища олимпийского резерва и школы высшего спортивного мастерства

Изменения в годовой, календарный учебный план вносятся приказом директора МАОУ ДО «Ирбитская спортивная школа» по согласованию с тренерско-педагогическим советом учреждения.

Годовой календарный учебный план в полном объёме учитывает индивидуальные, возрастные, психофизические особенности обучающихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья. Ирбитская спортивная школа в установленном законодательством Российской Федерации порядке несёт ответственность за реализацию в полном объёме программ по спортивной подготовке образовательных программ в соответствии с годовым календарным учебным графиком:

- программа: по лёгкой атлетике;
- программа: по спортивной аэробике;
- программа: по самбо
- программа: по джиу-джитсу
- программа: по пауэрлифтингу

Спортивная школа организует работу с обучающимися в течение календарного года.

Учебно – тренировочные занятия в отделениях по видам спорта спортивной школы проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель учебно –тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель- в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха, самостоятельная работа (в общем 52 недели).

Начало и окончание учебного года с 1 сентября 2023 г по 30 августа 2024 г.

Продолжительность летнего оздоровительного периода:

Учебно-тренировочные сборы 3-6 недель; Спортивно - оздоровительный лагерь по месту жительства или выездной 3-6 недель;

Основными условиями перевода обучающихся на следующий год является:

-выполнение требований контрольно-переводных нормативов по всем разделам, выполнение спортивных разрядов и условий инструкторской и судейской практики в соответствии с этапом подготовки.

Режим работы учреждения:

- часы работы с 08.00 до 21.00ч

- учреждение работает по шестидневной рабочей неделе с одним выходным днём.

- нерабочие и праздничные дни - в соответствии с Постановлениями Правительства

Продолжительность занятий:

СО(спортивно-оздоровительный этап)-6 часов

НП-1-6 часов

НП-2,3-8часов

- Т(СС)- 1,2,3 -12 часов в неделю

- Т(СС) – 4,5-16 часов в неделю

ССМ- до года и свыше- 18 часа в неделю.

Комплектование групп производится до 10 октября 2023 г

Учебно-тренировочные занятия проходят в помещениях, принадлежащих Ирбитской спортивной школе, на праве оперативного управления по адресам: ул.Азева 12а с/к «Витязь»; Карла Маркса 59, с/к «Спарта»; Советская 96 в с/к «Олимп»; Ленина 12 с/к «Победа»,ул. Свердлова 17 а стадион «Юность»

Учебные занятия проводятся в соответствии с расписанием, утверждённым директором МАОУ ДО «Ирбитская спортивная школа».

Расписание составляется на основании расписаний, предоставленных тренерами-преподавателями, согласованных с директором МАОУ ДО «Ирбитская спортивная школа», с руководителями общеобразовательных учреждений, с которыми заключены договора безвозмездного пользования недвижимым имуществом для организации учебного процесса Ирбитской спортивной школы.

В каникулярное время занятия в группах проводятся в соответствии с календарно тематическими планами, допускается изменение форм занятий.

Итоговая аттестация проводится в виде сдачи контрольных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке с 13.05 по 25.05. 2024 года для перевода и зачисления на следующий этап обучения.

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки						
	Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования Спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		Весь период	До года	Свыше года	До трех лет		
Количество часов в неделю	6	6	8	12	16	18	22
Общее количество часов в год	312	312	416	624	832	936	1144
Разряд	б/р	б/р	б/р	УТ1-3юн УТ2-2юн УТ3-1юн	УТ-4,5-1,II,III	КМС	МС

По виду спорта «Джиу-джитсу»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки						
		Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
			До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
		Весь период	Недельная нагрузка в часах					
		6	6	8	12	16	18	22
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах						
		2	2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (человек)						
		15	14		12		4	3
		1.	Общая физическая подготовка	96	96	128	132	74
2.	Специальная физическая подготовка	72	72	106	144	214	182	222
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	-	22	52	58	82
4.	Техническая подготовка	68	68	96	188	278	348	426
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	28	28	22	28	52	58	80
6.	Инструкторская и Судейская практика	-	-	-	6	8	16	20
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6	6	8	10	14	32	50
8.	Самостоятельная работа	6	6	8	22	44	66	80
9.	Часы работы за 46 недель	276	276	368	552	736	828	1012
10.	Лагерь с дневным пребыванием детей (ЛДПД)	36	36	48	72	96	108	132
Общее количество часов в год за 52 недели		312	312	416	624	832	936	1144

**По виду спорта «Легкая атлетика»
для спортивной дисциплины многоборье**

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Спортивно-оздоровительный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства	
			До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет			
		Весь период	Недельная нагрузка в часах						
		6	6	8	12	16	18	22	
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	4	4	
		Наполняемость групп (человек)							
		15	10		8		2	1	
		1.	Общая физическая подготовка	98	98	128	176	162	148
2.	Специальная физическая подготовка	112	112	138	132	176	182	264	
3.	Участие в спортивных соревнованиях			8	22	44	50	60	
4.	Техническая подготовка	38	38	54	122	176	216	264	
5.	Тактическая подготовка Георетическая подготовка Психологическая подготовка	16	16	24	44	74	84	102	
6.	Инструкторская и Судейская практика				12	30	48	40	
7.	Медицинские, медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6	6	8	22	30	34	60	
8.	Самостоятельная работа	6	6	8	22	44	66	80	
9.	Часы работы за 46 недель	276	276	368	552	736	828	1012	
12.	Лагерь с дневным пребыванием детей ЛДПД	36	36	48	72	96	108	132	
Общее количество часов в год		312	312	416	624	832	936	1144	

По виду спорта «Пауэрлифтинг»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап(этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
		Недельная нагрузка в часах					
		6	8	12	16	18	22
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (человек)					
		8	6		3	1	
		1.	Общая физическая подготовка	139	170	176	148
2.	Специальная физическая подготовка	69	116	222	292	332	425
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	32	88	140	142
4.	Техническая подготовка	48	52	54	74	50	60
5.	Тактическая, теоретическая и психологическая подготовка	6	8	12	30	32	40
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-	12	30	34	40
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	8	14	22	30	34	102
8.	Самостоятельная работа	6	8	22	44	82	102
9.	Часы работы за 46 недель	276	368	552	736	828	1012
10.	Лагерь с дневным пребыванием детей(ЛДПД)	36	48	72	96	108	132
Общее количество часов в год		312	416	624	832	936	1144

По виду спорта «Самбо»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки						
		Спортивный этап	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап(этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		СО	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
		Недельная нагрузка в часах						
		6	6	8	12	16	18	22
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах						
		2	2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (человек)						
		15	12		6		2	1
1.	Общая физическая подготовка	94	94	126	122	161	82	102
2.	Специальная физическая подготовка	36	36	52	120	148	166	202
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	7	22	28	142	50
4.	Техническая подготовка	94	94	118	166	192	182	202
5.	Тактическая, теоретическая и психологическая подготовка	34	34	44	78	118	208	274
6.	Инструкторская и судейская практика	6	6	7	12	14	16	20
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6	6	7	12	28	50	60
8.	Самостоятельная работа	6	6	7	20	46	82	102
9.	Часы работы за 46 недель	276	276	368	552	736	828	1012
10.	Лагерь с дневным пребыванием детей(ЛДПД)	36	36	48	72	96	108	132
Общее количество часов в год		312	312	416	624	832	936	1144

По виду спорта «Спортивная аэробика»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенство вания спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыш е года	До трех лет	Свыше трех лет		
		Недельная нагрузка в часах					
		6	8	12	16	18	22
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (человек)					
		12	8	4	2		
		1.	Общая физическая подготовка	154	162	232	236
2.	Специальная физическая подготовка	62	88	132	192	248	344
3.	Участие в спортивных соревнованиях		4	22	58	66	80
4.	Техническая подготовка	28	66	110	148	134	142
5.	Тактическая, Теоретическая и психологическая подготовка	18	28	32	44	48	80
6.	Инструкторская и Судейская практика		4	6	14	16	22
7.	Медицинские, медико-биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	8	8	6	18	36	42
8.	Самостоятельная работа	6	8	12	28	48	80
9.	Часы работы за 46 недель	276	368	552	736	828	1012
10.	Лагерь с дневным пребыванием детей ЛДПД	36	48	72	96	108	132
11.	Общее количество часов в год	312	416	624	832	936	1144