|  |  |
| --- | --- |
| Принятона заседании педагогического советаПротокол № \_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2013г. | УтверждаюДиректор МБОУДОД «ДЮСШ «Юность»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.А.КазаковаПриказ № \_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2013г. |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**Муниципального бюджетного образовательного учреждения**

**дополнительного образования детей**

**«Детско-юношеская спортивная школа «Юность»**

**на 2013-2014 учебный год**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к учебному плану МБОУДОД «ДЮСШ «Юность»

на 2013-2014 учебный год

Учебный план составлен в соответствии:

- с Законом Российской Федерации «Об образовании»;

- с типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей;

- нормативными документами органов управления по физической культуре и спорту, регламентирующими работу спортивных школ;

- уставом Учреждения;

- образовательными программами по культивируемым видам спорта;

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для учреждений дополнительного образования.

 Образовательный процесс в Учреждении проводится по образовательным программам:

- баскетбол;

- волейбол;

- каратэ;

- кикбоксинг;

- настольный теннис;

- рукопашный бой;

- спортивное ориентирование;

- футбол;

- хоккей.

 Учебный план – документ, определяющий требования к организации образовательного процесса в Учреждении и регламентирующий образовательный процесс.

 Учебный план включает теоретические и практические занятия (общая и специальная подготовка, техническая и тактическая подготовка), выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях, инструкторскую и судейскую практику, восстановительные мероприятия, объемы недельной и общей нагрузки для каждой учебной группы.

 Учебный план на 2013-2014 учебный год складывается из следующих этапов подготовки:

- спортивно-оздоровительный (СОГ);

- начальной подготовки (НП);

- учебно-тренировочный (УТ);

- совершенствования спортивного мастерства (ССМ).

Задачи спортивно-оздоровительного этапа:

- всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;

- уровень освоения основ знаний в области гигиены и самоконтроля;

- овладение основами выбранного вида спорта.

 Задачи этапа начальной подготовки:

- стабильность состава обучающихся;

- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;

- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта;

- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;

- привитие навыков соревновательной деятельности.

 Задачи учебно-тренировочного этапа:

- повышение уровня разносторонней физической подготовленности обучающихся;

- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными способностями;

- овладение основами техники в избранном виде спорта;

- уровень освоения объемов тренировочных нагрузок;

- результаты участия в соревнованиях.

 Задачи этапа совершенствования спортивного мастерства:

- уровень общего физического и специального развития и функционального состояния организма обучающихся;

- качество выполнения спортсменом объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, предусмотренных программой и индивидуальным планом подготовки;

- динамика спортивных достижений, результаты выступлений в официальных всероссийских соревнованиях.

 Основными формами занятий являются:

- тренировочные занятия групповые и индивидуальные;

- тренировочные занятия на тренировочных сборах;

- участие в спортивных соревнованиях;

- теоретические занятия;

- тренировочные занятия по индивидуальным планам.

 Учебно-тренировочный процесс в Учреждении ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели. Количество тренировочных дней, учебных часов каждый тренер-преподаватель рассчитывает в зависимости от спортивной квалификации обучающихся и этапа подготовки (спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный, совершенствования спортивного мастерства), составляя учебный план-график для каждой учебной группы. Продолжительность академического часа составляет 45 минут.