

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО
на заседании педагогического совета

Протокол № 1 от «02» сентября 2024

Утверждаю:

И.о. директора МБОУ ДО
Идринская СШ

Ощепков В.В.

Приказ № 92-2/01-04

от «02» сентября 2024 года



Учебный план
муниципального бюджетного образовательного учреждения
дополнительного образования
Идринская спортивная школа
на 2024-2025 учебный год

Пояснительная записка
к учебному плану муниципального бюджетного образовательного учреждения
дополнительного образования Идринская спортивная школа
на 2024-2025 учебный год

Учебный план муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования Идринская спортивная школа является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в учреждении. Учебный план спортивной школы отражает основные цели и задачи, стоящие перед учреждением:

- укрепление здоровья детей, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;

- удовлетворение потребностей в двигательной активности;

- выявление одаренных детей в области физической культуры и спорта, создание условий для их физического воспитания и развития;

- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки;

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании.

Образовательный процесс организован на основе нормативно-правовой базы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020).

- Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Устав, утвержденный Учредителем (постановление администрации Идринского района от 27.04.2023 № 231-п).

- Лицензия на образовательную деятельность серия 24Л01 № 0001643, регистрационный номер 8469-л, выдана 22.12.2015 г. министерством образования Красноярского края. Срок действия: бессрочно.

- Локальные акты МБОУ ДО Идринская СШ.

Образовательный процесс осуществляется с детьми и молодежью, преимущественно с 4 до 18 лет.

МБОУ ДО Идринская СШ реализует дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы, дополнительные программы спортивной подготовки в разновозрастных и разновозрастных объединениях.

Организация образовательного процесса в МБОУ ДО Идринская СШ строится на основе адаптированного Учебного плана, регламентируется расписанием, которое утверждается администрацией по представлению тренеров-преподавателей с учетом пожеланий родителей, возрастных особенностей, установленных санитарно-гигиенических норм. Деятельность МБОУ ДО Идринская СШ осуществляется ежедневно, включая выходные дни.

Численный состав обучающихся в объединениях определяется исходя из психологической, педагогической целесообразности, санитарных норм. Продолжительность занятий определяется расписанием.

Основные виды содержания спортивной подготовки

1. Физическая подготовка включает:

Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;

Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.

2. Техническая подготовка включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.

3. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст занимающихся и излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.

4. Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.

5. Соревнования. Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.

Учебный год в МБОУ ДО Идринская СШ начинается 01 сентября. В 2024-25 учебном году реализуются следующие программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Волейбол ПФДО 4 часа для детей в возрасте 9-14 лет. Срок реализации – 1 год. Количество часов: 144 ежегодно. Цель программы: укрепление здоровья и развитие физических качеств учащихся посредством занятий волейболом. Занятия волейболом способствуют развитию многих физических способностей: силы рук и плечевого пояса, прыгучести, быстроты реакции, координации движений в пространстве и во времени. Занятия с мячом улучшают реакцию ребенка, формируя и укрепляя ее, кроме того, в процессе игры тренируются сразу нескольких групп мышц, а также общая выносливость организма, что очень важно для детского организма.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа легкая атлетика ПФДО 4 ч для детей 7-17 лет. Срок реализации 1 год, 144 часа в год. Цель программы обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья

учащихся посредством занятий лёгкой атлетикой. Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий, как в спортивном зале, так и на спортивной площадке. Это позволяет разнообразить процесс обучения, использовать различные формы работы с обучающимися, избежать монотонности, повысить эффективность занятий. Отличительной особенностью так же является упор на изучение новейших тактических действий и приемов, что позволяет достигнуть более высоких результатов.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по командным игровым видам спорта «Волейбол» разработана для детей 8-18 лет. Срок реализации 1 год, количество часов 216. В ходе изучения предлагаемой программы обучающиеся приобретают знания о месте и значении игры в системе физического воспитания, о структуре рациональных движений в технических приёмах игры, изучают взаимодействие игрока с партнерами в групповых действиях для успешного участия в игре.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа по командным игровым видам спорта «Футбол». Возраст обучающихся 6-18 лет. Срок реализации 1 год, количество часов 216. Футбол – это игра со своими законами и правилами. Кроме того, в футболе действуют общие закономерности и принципы подготовки спортсменов, свойственные всем видам спорта. И поэтому тренировочный процесс должен быть построен на основе этих закономерностей и принципов. Например, закономерности освоения техники игровых приемов.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «Легкая атлетика» СП для детей 6-18 лет. Срок реализации 8 лет, количество часов 216 в год. Виды легкой атлетики принято подразделять на пять разделов: ходьбу, бег, прыжки, метания и многоборья. Каждый из них, в свою очередь, подразделяется на разновидности.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа спортивной подготовки «Легкая атлетика» СОГ для детей 6-18 лет. Срок реализации 1 год, количество часов 216 в год.

Легкая атлетика – это олимпийский вид спорта, который включает в себя беговые виды, спортивную ходьбу, многоборья, пробеги, кроссы и технические виды. Легкую атлетику принято называть королевой спорта, потому что она является одним из самых массовых видов спорта и в её дисциплинах всегда разыгрывалось наибольшее количество медалей на Олимпийских играх.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовке по виду спорта «Футбол» для детей 6-18 лет. Срок реализации 8 лет, количество часов 1880 в год.

Занятия физическими упражнениями способствуют физическому и физиологическому развитию растущего организма школьников. Футбол-это игра № 1 в мире, которая поможет ребёнку развить свои физические и волевые качества, расширить кругозор и вызвать интерес к спорту. Эта игра обладает рядом интереснейших особенностей, делающих её особенно привлекательной именно для учащихся.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки «Волейбол»

для детей 6-18 лет. Срок реализации 8 лет, количество часов 288 в год. Занятия в большом объеме включены спортивные и подвижные игры, направленные на укрепление опорно-двигательного аппарата, воспитание общей выносливости, ловкости, развитие быстроты. Режим занятий: 4 раза в неделю по 2 часа.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа спортивной подготовки «Волейбол» для детей 8-14 лет. Срок реализации 1 год, количество часов 216 в год. На спортивно-оздоровительном этапе подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на всестороннюю физическую подготовку и освоение обучающимися выбранного вида спорта.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

| Программа | Этапы подготовки год обучения | Кол-во групп | Кол-во обучающихся | Количество часов | | ФИО тренера-преподавателя |
|--------------------------------|-------------------------------|--------------|--------------------|---------------------|------------------|---------------------------|
| | | | | В 1 группе в неделю | В 1 группе в год | |
| Футбол | СОГ 1 год | 1 | 10 | 6 | 216 | |
| Футбол | СОГ 1 год | 1 | 16 | 6 | 216 | Богатенков Д.В. |
| | СП(ТГ1) 1 год | 1 | 12 | 10 | 520 | Богатенков Д.В. |
| | СП (ИПЗ) 3 год | 1 | 19 | 3 | 416 | Богатенков Д.В. |
| | СП (ТГ4) 4 год | 1 | 12 | 14 | 728 | Богатенков Д.В. |
| Итого (футбол) | | 5 | 69 | 44 | 2096 | |
| Волейбол | СОГ 1 год | 2 | 24 | 4 | 144 | |
| ПФДО | | | | | | |
| Волейбол | СОГ 1 год | 3 | 36 | 6 | 216 | |
| Волейбол | ИП 2 год | 1 | 14 | 8 | 416 | Григорьев С.А. |
| Итого (волейбол) | | 6 | 74 | 18 | 776 | |
| Легкая атлетика | СОГ 1 год | 3 | 40 | 4 | 144 | |
| ПФДО | | | | | | |
| Легкая атлетика | СОГ 1 год | 8 | 79 | 6 | 216 | |
| Легкая атлетика | СП (ИП1) 1 год | 1 | 12 | 6 | 216 | Ощепков В.В. |
| Итого (легкая атлетика) | | 12 | 131 | 16 | 576 | |
| Итого | | 23 | 274 | 78 | 3448 | |

Места осуществления образовательной деятельности, в том числе сведения об адресах мест осуществления образовательной деятельности, которые в соответствии с частью 4 статьи 91 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» не включаются в соответствующую запись в реестре лицензий на осуществление образовательной деятельности»