



муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования города Новосибирска «Детско-юношеский
(физкультурный) центр «Буревестник»

630056 Новосибирская обл., г. Новосибирск, Софийская-1А, тел/факс: (383) 306-48-65; сайт: dussh14nsk.edusite.ru

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
«25» августа 2021 г.
протокол №1



Учебный план
МБУДО ДЮФЦ «Буревестник» на 2021-2022 учебный год

г. Новосибирск, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

| № | Наименование раздела | Страница |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 1 | Информационно-аналитические данные об образовательном учреждении. | |
| 2 | Программно-целевые основания. | |
| 3 | Характеристика структуры учебного плана | |
| 4 | Наполняемость учебного плана | |
| 4.1. | Основными формами учебно - тренировочного процесса | |
| 4.2. | Основные виды содержания спортивной подготовки | |
| 4.3. | Задачи и преимущественная направленность этапов подготовки. | |
| 4.4. | Критерии выполнения образовательной программы на этапах подготовки. | |
| 5 | Особенности учебного плана. | |
| 6 | Показателями выполнения программных требований | |
| 7 | Промежуточная аттестация (тестирование) спортивной подготовленности. | |
| 8 | Программное обеспечение | |
| 9 | Учебный план распределения учебных часов на спортивно-оздоровительном этапе для обучающихся по общеразвивающим программам. | |
| 10 | Учебный план распределения учебных часов для учебно-тренировочных групп для обучающихся по предпрофессиональным программам | |

Пояснительная записка к учебному плану
МБУДО ДЮФЦ «Буревестник» на 2021-2022 учебный год,
обеспечивающая реализацию образовательной программы.

Учебный план является нормативно-регулирующим документом, регламентирующим деятельность учреждения, разработан на основе Закона Российской Федерации «Об образовании», санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН) для учреждений дополнительного образования («Рекомендации по организации образовательного процесса с 1 сентября 2020 года в образовательных организациях, расположенных на территории Новосибирской области»; «Постановление Главного государственного санитарного врача России от 30.06.2020 № 16 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций»; и Приказ Минобра НСО от 28.08.2020 года), Устава МБУДО ДЮФЦ «Буревестник».

Информационно-аналитические данные об образовательном учреждении:

Организационно-правовая форма: муниципальное учреждение.

Статус: образовательное учреждение дополнительного образования детей;

Тип: физкультурно-спортивная направленность.

Вид: детско-юношеский (физкультурный) центр.

МБУДО ДЮФЦ «Буревестник», деятельность учреждения по реализации дополнительных программ не только соответствует специфике, современным требованиям и тенденциям в сфере образования, физической культуры и спорта в Российской Федерации, но и в силу собственного содержания и особенностей вида спорта, создает максимальные условия и возможности для физического образования, воспитания и развития детей, отбора и подготовки одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта, организации досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни и занятий спортом.

МБУДО ДЮФЦ «Буревестник» выполняет следующие функции:

- формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, осуществление гармоничного развития личности. Воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;

- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, направленных на физическую и специальную подготовку занимающихся, развитие их способностей в избранном виде спорта;

- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;

- формирование общей культуры обучающихся.

Учреждение организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Прием заявлений и зачисление в МБУДО ДЮФЦ «Буревестник» производится с 15 августа по 18 октября текущего года, при наличии мест. Учреждение имеет право проводить дополнительный прием

поступающих, при наличии мест, оставшихся вакантными после зачисления. Зачисление на вакантные места проводится на основании поданного заявления.

Организация обучения строится в соответствии с учебным планом и учебными программами.

Предметом деятельности Учреждения является реализация дополнительных общеразвивающих программ по видам спорта, культивируемым в МБУДО ДЮФЦ «Буревестник».

Образовательные программы разрабатываются МБУДО ДЮФЦ «Буревестник» самостоятельно на основе федеральных государственных требований (Приказ Министерства спорта РФ 12 сентября 2013 года №730 с учетом ФГТ и минимальных требований федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта, культивируемым в физкультурном центре).

МБУДО ДЮФЦ «Буревестник» осуществляет образовательную деятельность физкультурно-спортивной направленности реализуется по программам видов спорта: плавание, дзюдо, греко-римская борьба, тхэквондо (ВТФ), самбо, тайский бокс. Образовательный процесс ориентируется на социальные, практико-ориентированные и здоровьесберегающие педагогические технологии, поэтому, активно развивается система социального партнерства и взаимодействия с различными образовательными учреждениями, организациями, учреждениями, административными органами.

2. Программно-целевые основания, положенные в основу учебного плана.

Приоритетные направления развития образовательного процесса в ДЮФЦ:

1. Развитие правовых механизмов обеспечивающих образовательный процесс и реализацию образовательных программ.
2. Развитие процесса стандартизации в образовании как системного развития содержания образования.
3. Развитие механизмов, обеспечивающих роль и актуализацию профессионального потенциала педагогов, потенциала развития ДЮФЦ.

Цель образовательного процесса в ДЮФЦ: *создание условий, гарантирующих право граждан на качественное дополнительное образование, обеспечивающее духовное развитие и социальную компетентность.*

Основными задачами ДЮФЦ является создание условий для:

1. Организация образовательного процесса с использованием здоровьесберегающих технологий по сохранению и укреплению здоровья учащихся.
2. Совершенствовать воспитательное пространство, обеспечивающее качество дополнительного образования детей.
3. Создание условий для повышения профессиональной компетентности тренерско-преподавательского состава.
4. Создание условий для повышения общей и специальной физической подготовленности в соответствии с требованиями программ по видам спорта;
5. Разработать систему мер по организации мониторинга в системе обучения,

- воспитания и развития обучающихся.
6. Вовлечения максимально возможного числа детей в систематическое занятие спортом, выявления их склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитания устойчивого интереса к ним;
 7. Организация летнего отдыха, занятости и оздоровления обучающихся.

3. Характеристика структуры учебного плана.

Учебный план ДЮФЦ на 2021-2022 учебный обеспечивает реализацию образовательной программы, определяет распределение учебного времени, отводимого на изучение учебных курсов по группам и годам обучения (уровням).

Расчет часов и планирование исходят из продолжительности периода проведения учебно-тренировочных занятий для штатных тренеров-преподавателей и тренеров-преподавателей, работающих по совместительству:

– для штатных - 46 недель в условиях спортивной школы (для всех этапов подготовки) и 10 недель отводятся на переходный период, когда работа планируется по летний период и отпуск тренера.

– для совместителей - 36 учебных недель (с 1 сентября по 31 мая).

В каникулярное время тренировочные занятия продолжаются, кроме того открываются в установленном порядке спортивно-оздоровительные площадки с дневным пребыванием, выездные учебно-тренировочные сборы в ЛДП, походы.

В учебный план согласно типового положения и методических рекомендациях по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации.

Учебный план на 2021-2022 учебный год складывается из трёх, преемственно связанных между собой уровней спортивной подготовки: стартовый уровень подготовки (СУ), базовый уровень подготовки (БУ) и углубленный уровень (УУ) по видам спорта:

- стартовый уровень подготовки (СУ) – весь период обучения,
- базовый уровень подготовки (БУ) – 3 года (1-й, 2-й и 3-й годы обучения),
- углубленный уровень (УУ) - 4года,
- объём учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка),
- содержание форм промежуточной аттестации: сдача приемных, контрольных и переводных тестов.

Особенности учебного плана.

Дополнительное образование обеспечивает освоение учащимися дополнительных образовательных общеразвивающих программ по видам спорта, создавая условия становления и формирования личности, его склонностей, интересов и способности к социальному самоопределению.

Своеобразие учебного плана в том, что он:

- предлагает вариант соединения федерального, регионального и школьного компонентов содержания образования в дополнительном образовании;
- отражает приоритеты развития образовательного пространства в

муниципальном образовании и Новосибирской области, определяемый концепцией формирования регионального компонента образования;

- предоставляет учащимся самостоятельность в выборе видов спорта с целью повышения качества образования и обеспечения возможностей самоопределения личности;

- соблюдает нормы продолжительности обучения по годам подготовки.

- соответствует преемственности всех ступеней образования и родителей (законных представителей) учащихся.

Учебный план выполняет следующие функции:

1. Обеспечивает права учащихся на дополнительное образование;
2. Сохраняет единство образовательного пространства страны;
3. Образовательный процесс осуществляется с валеологическими критериями и нормами;
4. Удовлетворяет образовательные потребности обучающихся и родителей (законных представителей).

Ценностные ориентиры:

5. Качество образования выпускника, обеспечивающее адаптацию в обществе.

Учебный план ДЮФЦ предусматривает динамику роста спортивных результатов при переходе от одного этапа подготовки к следующему и основывается на следующих показателях:

-возраст занимающихся, год занятий в центре;

-спортивный разряд,

- количество занятий и учебных часов в неделю, а также организационные формы занятий.

4.Наполняемость учебного плана определена составом учебных разделов, обеспечивающих реализацию основной образовательной программы по избранному виду спорта. Часы учебного плана обеспечивают индивидуальный характер развития учащихся с учетом их личностных особенностей, профессиональных интересов и склонностей и распределены следующим образом:

4.1.Основными формами учебно - тренировочного процесса являются:

- - групповые учебно-тренировочные занятия по избранному виду спорта;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- и видеозаписей, просмотра соревнований);
- технико-тактическая подготовка;
- восстановительные мероприятия;
- Промежуточная аттестация (тестирование) спортивной подготовленности.
- медицинский контроль;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- Воспитательная работа (по модулям программы ДЮФЦ).

С увеличением общего годового объема часов изменяются по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую,

тактическую и психологическую подготовку. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляются в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки.

4.2. Основные виды содержания спортивной подготовки.

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.

Теоретическая подготовка включает:

- 1 Правила поведения на учебно-тренировочных занятиях (ТБ).
Оборудование, инвентарь и уход за ним.
- 2 Краткий обзор развития и истории вида спорта в России
- 3 Правила организация и проведение соревнований.
- 4 Психологическая подготовка. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.
- 5 Предупреждение травм. Антидопинговые мероприятия.
Гигиена, закаливание, питание.
- 6 Уголовная, адм-ная и дисциплинарная ответственность за неправомерное использование навыков приемов борьбы.
- 7 Методика самостоятельной тренировки

Воспитательная работа по программе ДЮФЦ (модульная) включает:

- 1.«От малой родины до гражданина России»,
- 2.«Дорога к человечности»,
3. «В здоровом теле – здоровый дух»,
- 4.«Труд и призвание»,
5. «Будем жить в ладу с природой»,
- 6.«Экскурсии, экспедиции, походы»,
- 7.«Модуль «Семья»;
8. «Спортивно-патриотическое воспитание».

Физическая подготовка, час включает:

- 1 Общая физическая подготовка
- 2 Специальная физическая подготовка
- 3 Специальные подготовительные упражнения

Избранный вид спорта включает:

- 1 Техничко-тактическая подготовка
- 2 Соревновательная практика
- 3 Медицинское обследование
- 4 Промежуточная и итоговая аттестация спортивной подготовленности (тест)

1. **Технико-тактическая Техническая подготовка** включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления и тактика использования технических действий.
2. **Соревновательная практика.** Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
3. **Медицинское обследование.** Диспансеризация. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка, допуск к соревнованиям.
4. **Аттестационные контрольно-нормативные мероприятия** проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол (ведомость).

4.3. Задачи и преимущественная направленность этапов подготовки.

На «стартовый уровень» (СУ) группы формируются как из вновь зачисляемых в ДЮФЦ обучающихся, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта.

Стартовый уровень.

Цель: расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности.

Задачи стартового уровня:

- стабильное развитие общей физической подготовки учащихся наряду с основами технических навыков в избранном виде спорта;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Базовый уровень

Цель: базовая подготовка в избранном виде спорта для дальнейшей специализации и углубленного изучения и тренировки по виду спорта.

Задачи базового уровня:

- стабильность состава учащихся;
- уровень потенциальных возможностей учащихся в избранном виде спорта;
- динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности учащихся;
- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- привитие навыков соревновательной деятельности.

Углубленный уровень.

Цель: специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта.

Задачи углубленного уровня:

- состояние здоровья, уровень физической подготовленности учащихся;
- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности учащихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
- уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок,

предусмотренных программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;

- выполнение нормативов спортивных разрядов.

4.4. Критерии выполнения образовательной программы на этапах подготовки:

I. Стартовый уровень (нормативный срок освоения весь период).

Цель: расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности.

Критерии:

- стабильное развитие общей физической подготовки учащихся наряду с основами технических навыков в избранном виде спорта;

- уровень освоения основ знаний в области гигиены (закаливания), а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

II. Базовый уровень (нормативный срок освоения – до 3 лет).

Цель: базовая подготовка в избранном виде спорта для дальнейшей специализации.

Критерии:

- стабильность состава учащихся;

- уровень потенциальных возможностей учащихся в избранном виде спорта;

- динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности учащихся;

- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта.

III. Углубленный уровень (нормативный срок освоения – 4 года).

Цель: специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта.

Критерии:

- состояние здоровья, уровень физической подготовленности учащихся;

- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности учащихся в соответствии с индивидуальными особенностями;

- уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;

- выполнение нормативов спортивных разрядов.

Учебный план составлен с учетом неуклонного возрастания объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется, из года в год увеличивается удельный вес специальной физической подготовки, непрерывное совершенствование спортивной техники. На всех годах обучения осуществляется постоянный контроль за уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья обучающихся. Установление количественных (и качественных) показателей позволяет определить уровень разносторонней и специальной подготовленности юных спортсменов в той мере, которая необходима для конкретного этапа(уровня) подготовки, при этом учитываются индивидуальные особенности каждого обучающегося.

5. Промежуточная аттестация (тестирование) спортивной подготовленности обучающихся.

Обязательным и важным элементом образовательной деятельности является систематический контроль успеваемости (уровня подготовленности) обучающихся ДЮФЦ.

Основными видами контроля являются:

- Текущий контроль уровня подготовленности;
- Промежуточная аттестация (выполнение контрольно-переводных нормативов на начало и конец учебного года);
- Итоговая аттестация.

Каждый из видов контроля имеет свои цели, задачи и формы. Сроки контрольных мероприятий в ДЮФЦ определяются дополнительными общеобразовательными программами по видам спорта и учебным планом ДЮФЦ.

Целями и задачами текущего контроля обучающихся является:

- качество освоения обучающимися дополнительной образовательной программы по видам спорта;
- повышение уровня текущей успеваемости;
- организация самостоятельной работы обучающихся с учётом их индивидуальных способностей;
- оценка качества подготовки обучающихся по уровню освоения разделов и тем учебного плана. Текущий контроль проводится без прекращения образовательной деятельности в течение всего учебного года для всех обучающихся ДЮФЦ в соответствии с Уставом ДЮФЦ и настоящего нормативного акта.

Формы текущей успеваемости:

- Осеннее и весеннее тестирование обучающихся по учебным нормативам. Учебные нормативы отражают два качественных уровня (показатели общей физической, специальной физической подготовленности).
- Выполнение учебного плана, время затраченное на отдельные виды подготовок.
- Участие в соревнованиях (внутришкольных, муниципальных, областных, региональных, всероссийских).
 - Личностные достижения обучающихся на текущих занятиях, контрольных стартах, и других формах обучения. Выполнение классификационных норм для присвоения спортивных разрядов в виде спорта.
- Входить в сборные команды: ДЮФЦ, района, области по культивируемым видам спорта.
- Инструктаж для обучающихся: по технике безопасности при проведении учебных занятий, противопожарный, по профилактике терроризма;

На основании результатов выполнения форм текущей успеваемости в течение учебного года определяется качественный уровень подготовленности обучающихся. Результат выполнения учебных нормативов оформляется протоколом и заносится в журнал учета групповых занятий.

- Личностные достижения заносятся в журнал учета групповых занятий. Количественные и качественные показатели выполнения учебных требований

обеспечивают допуск обучающихся к промежуточной аттестации.

Целями и задачами промежуточной аттестации обучающихся является:

- выполнение учебного плана;
- оценка соответствия уровня и качества подготовленности обучающихся требованиям к результатам освоения дополнительной образовательной программы по видам спорта на конец учебного года;
- определение полноты освоения разделов и тем дополнительной образовательной программы за учебный год;
- мониторинг качества образования.

Промежуточная аттестация проводится без прекращения процесса обучения для всех обучающихся ДЮФЦ в соответствии с Уставом ДЮФЦ, данным нормативным актом и локальными актами ДЮФЦ.

4.2. Сроки и периоды проведения промежуточной аттестации определены календарным учебным графиком.

Формы промежуточной аттестации:

- Мониторинг осеннего и весеннего тестирования обучающихся по учебным нормативам.
- Участие в соревнованиях по плану спортивно-массовых мероприятий ДЮФЦ, района, области и других ведомств.
- Динамика личностных достижений обучающихся на соревнованиях различного уровня.
- Выполнение классификационных норм для присвоения спортивных разрядов в виде спорта.
- Входить в сборные команды: района и области по видам спорта.

Промежуточная аттестация осуществляется два раза в год, в сроки, установленными календарным учебным графиком.

Оценка показателей проводится с учетом вида спорта и этапа (уровня) обучения:

- Греко-римская борьба;
- Плавание;
- Дзюдо;
- Тхэквондо;
- Тайский бокс (бокс);
- Самбо.

Итоговая аттестация (в выпускных группах) проводятся в форме сдачи контрольно-переводных испытаний – май. Выпуск обучающихся – август.

Обучающиеся успешно прошедшие промежуточную аттестацию по всем предметным областям программы переходят на следующий этап (период) подготовки. Для досрочного перехода на этап (период) подготовки необходимо успешно сдать требования промежуточной аттестации предшествующего данному этапу (периоду) периода подготовки.

Выполнение спортивных разрядов – в течение года.

Перевод обучающихся (в том числе и досрочно) по годам обучения на всех уровнях многолетней подготовки осуществляется решением педагогического совета, выполнивших контрольные нормативы общей и

специальной физической подготовки и ТТМ, а также заключения врача (медицинской комиссии) при условии положительной динамики прироста спортивных показателей и способностей к освоению программы соответствующего года и этапа подготовки. Обучающиеся, не выполнившие предъявляемые требования, предоставляется возможность продолжить обучение повторно на том же этапе (уровне) обучения или перейти на «стартовый уровень» во своему возрасту. Обучающиеся могут быть переведены, в случае производственной необходимости или других случаях от одного тренера к другому.

Для обеспечения многолетней спортивной подготовки Учреждение использует систему спортивного отбора, включающую в себя:

- а) тестирование;
- б) сдачу контрольных нормативов с целью комплектования учебных групп;
- в) просмотр и отбор перспективных младших обучающихся на учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

Деятельность Учреждения оценивается по результатам подготовки в соответствующие сборные команды по видам спорта.

6. Программное обеспечение.

Учебно-тренировочные занятия по видам спорта в физкультурном центре проводятся в соответствии с годовым учебным планом и по календарному плану ДЮФЦ.

1. Программа образовательной деятельности на 2021-2022 годы.
2. Программа воспитательной работы на 2021-2022 годы.
3. Программа ДЮФЦ «Здоровое поколение»
4. Программы по видам спорта:

| Вид спорта | Наименование программы | Уровень | Нормативный срок освоения |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------|
| Греко-римская борьба | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа | стартовый | весь период |
| | | Базовый, углубленный | 7 лет |
| Борьба дзюдо | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа | стартовый | весь период |
| | | Базовый, углубленный | 7 лет |
| Тхэквондо (ВТФ) | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа | стартовый | весь период |
| | | Базовый, углубленный | 7 лет |
| Плавание | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа | стартовый | весь период |
| | | Базовый, углубленный | 7 лет |
| Самбо | Дополнительная | стартовый | весь период |

| | | | |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|
| | общеобразовательная общеразвивающая программа | Базовый, углубленный | 7 лет |
| Тайский бокс | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа | стартовый | весь период |
| | | Базовый, углубленный | 7 лет |
| Всего | | | 6 шт. |
| | | | 6 шт. |

Примерные рекомендованные показатели для работы по программам на уровнях спортивной подготовки по годам обучения.

| Уровень подготовки | Год обучения | Возрастной период | Количество занятий в неделю | Min/Max число учащихся в группе | Количество учебных часов в неделю | Требования к подготовленности |
|--------------------------|--------------|-------------------|-----------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| Стартовый уровень | СУ -1 | младшие школьники | 3 | 14-20 | 3 | Тестирование физической подготовленности по ОФП и СФП, участие в соревнованиях |
| | СУ -2 | младшие школьники | 4 | 14-20 | 4 | |
| | СУ -3 | младшие школьники | 3 | 14-20 | 6 | |
| | СУ -4 | средние школьники | 3 | 14-20 | 6 | |
| | СУ -5 | средние школьники | 3 | 14-20 | 6 | |
| | СУ -6 | средние школьники | 3 | 12-15 | 6 | |
| | СУ -7 | старшие школьники | 3 | 10-15 | 6 | |

| Уровень подготовки | Год обучения | Требования по спортивной подготовке | Рекомендуемый спортивный разряд (разряд/чел) |
|------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| «Базовый уровень» | 1-й | Промежуточная и итоговая аттестация: оценка уровня физической подготовленности по ОФП и СФП, ОТП (обязательная техническая программа) | б/р (7 чел.) – 3юн. (6 чел.) |
| | 2-й | | 3юн.(7 чел.) –2юн.(6 чел.) |
| | 3-й | | 2юн.(6 чел.) –1юн.(6 чел.) |
| «Углубленный уровень» | 1-й | | 1юн.(6 чел.) –3 сп.(5 чел.) |
| | 2-й | | 3сп.(5 чел.) –2сп.(5 чел.) |
| | 3-й | | 2сп.(5 чел.) –1сп.(4 чел.) |
| | 4-й | | 1сп.(5 чел.)–КМС(3 чел.) |

Таким образом, учебный план ДЮФЦ реализует целый комплекс мероприятий, связанных с физкультурно-оздоровительной и воспитательной работой среди подростков, направленной на укрепление их здоровья и всестороннее физическое развитие.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МБУДО ДЮФЦ «Буревестник». Количество групп и учащихся
(планируется на 2021-2022 учебный год на 01.10.2021)

| № п/п | Образовательная программа | Кол-во групп | Учебные группы по уровню подготовки | | | | | | | | | | | | | |
|----------------|------------------------------|-----------------|-------------------------------------|-----|-----|----|----|----|----|-----|----|-----|----|----|----|---|
| | | | СУ | | | | | | | БУ | | | УУ | | | |
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Гр-римская борьба | 27 | 0 | 5 | 6 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 0 | 2 | 0 | 2 |
| | итого учащихся | 247 | 0 | 29 | 75 | 19 | 7 | 13 | 10 | 27 | 11 | 34 | 0 | 13 | 0 | 9 |
| 2 | Дзюдо | 14 | 0 | 3 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 0 | 0 |
| | итого учащихся | 157 | 0 | 24 | 64 | 0 | 0 | 0 | 0 | 11 | 13 | 17 | 18 | 10 | 0 | 0 |
| 3 | Тхэквондо | 45 | 4 | 6 | 14 | 2 | 2 | 0 | 0 | 4 | 5 | 4 | 3 | 0 | 1 | 0 |
| | итого учащихся | 458 | 18 | 60 | 136 | 35 | 9 | 0 | 0 | 59 | 61 | 47 | 27 | 0 | 6 | 0 |
| 4 | Плавание | 14 | 1 | 1 | 7 | 3 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | итого учащихся | 164 | 10 | 15 | 92 | 33 | 14 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 5 | Тайский бокс | 10 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 2 | 1 | 1 | 1 | 0 |
| | итого учащихся | 90 | 0 | 10 | 27 | 7 | 0 | 0 | 0 | 6 | 0 | 16 | 10 | 7 | 7 | 0 |
| 6 | Самбо | 5 | 0 | 1 | 2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 |
| | итого учащихся | 52 | 0 | 15 | 15 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10 | 0 | 0 |
| Всего групп | | 115 | 5 | 17 | 36 | 9 | 5 | 1 | 1 | 8 | 8 | 10 | 6 | 5 | 2 | 2 |
| Всего учащихся | | 1168 | 28 | 153 | 409 | 94 | 30 | 13 | 10 | 103 | 97 | 114 | 55 | 40 | 13 | 9 |

Методическое обеспечение образовательного процесса.

Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:

Научно-педагогической помощи: разработка и внедрение образовательных учебных программ физкультурно-спортивной направленности. Участие в семинарах для тренеров - преподавателей по видам спорта с целью изучения передовых и представления собственных разработок по различным направлениям видов спорта.

Консультативно-методической помощи:

Проведение педагогических и тренерских советов в рамках ДЮФЦ. Методические семинары и консультации. Организаци, проведение и участие в городских, областных спортивных мероприятий.

Аттестация тренеров-преподавателей.

Повышение квалификации:

Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры.

Участие в соревнованиях регионального, всероссийского уровней, и в их судействе.

Участие в районных, областных конкурсах и семинарах, семинарах и курсах по судейству соревнований. Обеспечение современной методической литературой.

Изучение правил соревнований и изменений в них. Самовыдвижение на присвоение квалификационной категории. Самообразование. Участие в конкурсах учреждений дополнительного образования детей. Участие в конкурсах профессионального мастерства педагогов ДО.

Годовой учебно-тематический план

в часах (5-6 лет), учебно-тренировочный процесс стартового уровня, рассчитанный на 36 учебных недель на 108 часов:

| № п/п | Предметные области | Стартовый уровень | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| | | Весь период (36 нед.) | Формы промежуточной аттестации | Самостоятельная работа |
| Теоретическая подготовка: | | 6 | <i>Тестирование, беседа</i> | Возможны занятия с использованием дистанционных образовательных технологий |
| 1 | Техника безопасности | 1 | | |
| 2 | История вида спорта | 1 | | |
| 3 | Правила личной гигиены, закаливание . | 1 | | |
| 4 | Психологическая подготовка | 1 | | |
| 5 | Профилактика травматизма | 2 | | |
| 6 | Правила соревнований | 0 | | |
| 7 | Методика самостоятельной тренировки | 0 | | |
| Воспитательная работа по программе ДЮФЦ по модулям: | | Весь период | <i>Тестирование, беседа</i> | |
| «От малой родины до гражданина России», «Дорога к человечности», «В здоровом теле – здоровый дух», «Труд и призвание», «Будем жить в ладу с природой», «Экспедиции, походы», «Модуль «Семья», Спортивно-патриотическое воспитание». | | | | |
| Физическая подготовка, час: | | 96 | <i>Выполнение аттестационных требований</i> | |
| 1 | Общая физическая подготовка | 58 | | |
| 2 | Специальная физическая подготовка | 34 | | |
| 3 | Специальные подготовительные упражнения | 4 | | |
| Избранный вид спорта: | | 6 | | |
| 3 | Медицинское обследование | 4 | | |
| 4 | Промежуточная и итоговая аттестация спортивной подготовленности (тест) | 2 | <i>Тестирование физической подготовленности</i> | Электронная почта, соц.сети |
| Количество часов в неделю | | 3 | | |
| Всего часов | | 108 | | |

**Годовой учебно–тематический план в часах (7-8 лет),
учебно-тренировочный процесс стартового уровня, рассчитанный на 36 учебных недель на 144
часов:**

| № п/п | Предметные области | Стартовый уровень | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| | | Весь период (36 нед.) | Формы промежуточной аттестации | Самостоятельная работа |
| Теоретическая подготовка: | | 9 | <i>Тестирование, беседа</i> | Возможны занятия с использованием дистанционных образовательных технологий |
| 1 | Техника безопасности | 2 | | |
| 2 | История вида спорта | 1 | | |
| 3 | Правила личной гигиены, закаливание. | 1 | | |
| 4 | Психологическая подготовка | 1 | | |
| 5 | Профилактика травматизма | 1 | | |
| 6 | Правила соревнований | 1 | | |
| 7 | Методика самостоятельной тренировки | 2 | | |
| Воспитательная работа по программе ДЮФЦ по модулям: «От малой родины до гражданина России», «Дорога к человечности», «В здоровом теле – здоровый дух», «Труд и призвание», «Будем жить в ладу с природой», «Экскурсии, экспедиции, походы», «Модуль «Семья», Спортивно-патриотическое воспитание». | | Весь период | <i>Тестирование, беседа</i> | |
| Физическая подготовка, час: | | 113 | <i>Выполнение аттестационных требований</i> | |
| 1 | Общая физическая подготовка | 65 | | |
| 2 | Специальная физическая подготовка | 44 | | |
| 3 | Специальные подготовительные упражнения | 4 | | |
| Избранный вид спорта: | | 22 | <i>Соревнования</i> | |
| 1 | Технико-тактическая подготовка | 12 | | |
| 2 | Соревновательная практика | 2 | | |
| 3 | Медицинское обследование | 4 | | |
| 4 | Промежуточная и итоговая аттестация спортивной подготовленности (тест) | 4 | <i>Тестирование физической подготовленности</i> | Электронная почта, соцсети |
| Количество часов в неделю | | 4 | | |
| Всего часов | | 144 | | |

**Годовой учебно–тематический план в часах (9-18 лет),
учебно-тренировочный процесс стартового уровня, рассчитанный на 36 учебных недель на 216
часов:**

| № п/п | Предметные области | Стартовый уровень | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| | | Весь период (36 нед.) | Формы промежуточной аттестации | Самостоятельная работа |
| Теоретическая подготовка: | | 14 | <i>Тестирование, беседа</i> | Возможны занятия с использованием дистанционных образовательных технологий |
| 1 | Техника безопасности | 2 | | |
| 2 | История вида спорта | 2 | | |
| 3 | Правила личной гигиены, закаливание. | 2 | | |
| 4 | Психологическая подготовка | 2 | | |
| 5 | Профилактика травматизма | 2 | | |
| 6 | Правила соревнований | 2 | | |
| 7 | Методика самостоятельной тренировки | 2 | | |
| Воспитательная работа по программе ДЮФЦ по модулям: «От малой родины до гражданина России», «Дорога к человечности», «В здоровом теле – здоровый дух», «Труд и призвание», «Будем жить в ладу с природой», «Экскурсии, экспедиции, походы», «Модуль «Семья», Спортивно-патриотическое воспитание». | | Весь период | <i>Тестирование, беседа</i> | |
| Физическая подготовка, час: | | 132 | <i>Выполнение аттестационных</i> | |
| 1 | Общая физическая подготовка | 87 | | |

| | | | | |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------|----------------------------|
| 2 | Специальная физическая подготовка | 36 | <i>требований</i> | |
| 3 | Специальные подготовительные упражнения | 9 | | |
| Избранный вид спорта: | | 70 | Соревнования | |
| 1 | Технико-тактическая подготовка | 58 | | |
| 2 | Соревновательная практика | 8 | | |
| 3 | Медицинское обследование | Вне сетки | | |
| 4 | Промежуточная и итоговая аттестация спортивной подготовленности (тест) | 4 | Тестирование физической подготовленности | Электронная почта, соцсети |
| Количество часов в неделю | | 6 | | |
| Всего часов | | 216 | | |

**Годовой учебно–тематический план в часах (9-18 лет),
учебно-тренировочный процесс стартового уровня, рассчитанный на 46 учебных недель на 276 часов:**

| № п/п | Предметные области | Стартовый уровень | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| | | Весь период (36 нед.) | Формы промежуточной аттестации | Самостоятельная работа |
| Теоретическая подготовка: | | 20 | <i>Тестирование, беседа</i> | Возможны занятия с использованием дистанционных образовательных технологий |
| 1 | Техника безопасности | 2 | | |
| 2 | История вида спорта | 2 | | |
| 3 | Правила личной гигиены, закаливание. | 3 | | |
| 4 | Психологическая подготовка | 3 | | |
| 5 | Профилактика травматизма | 3 | | |
| 6 | Правила соревнований | 3 | | |
| 7 | Методика самостоятельной тренировки | 4 | | |
| Воспитательная работа по программе ДЮФЦ по модулям: | | Весь период | <i>Тестирование, беседа</i> | |
| «От малой родины до гражданина России», «Дорога к человечности», «В здоровом теле – здоровый дух», «Труд и призвание», «Будем жить в ладу с природой», «Экскурсии, экспедиции, походы», «Модуль «Семья», Спортивно-патриотическое воспитание». | | | | |
| Физическая подготовка, час: | | 175 | <i>Выполнение аттестационных требований</i> | |
| 1 | Общая физическая подготовка | 106 | | |
| 2 | Специальная физическая подготовка | 51 | | |
| 3 | Специальные подготовительные упражнения | 18 | | |
| Избранный вид спорта: | | 81 | Соревнования | |
| 1 | Технико-тактическая подготовка | 69 | | |
| 2 | Соревновательная практика | 8 | | |
| 3 | Медицинское обследование | Вне сетки | | |
| 4 | Промежуточная и итоговая аттестация спортивной подготовленности (тест) | 4 | Тестирование физической подготовленности | Электронная почта, соцсети |
| Количество часов в неделю | | 6 | | |
| Всего часов | | 276 | | |

**Годовой учебно–тематический план в часах,
учебно-тренировочный процесс базового и углубленного уровня, рассчитанный на 46 уч. недель:**

| № п/п | Предметные области | Базовый уровень (БУ) | | Углубленный уровень (УУ) | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------|------------|--------------------------|------------|------------|
| | | 10-11 лет | 11-13 лет | 14-15 лет | 15-16 лет | 16-18 лет |
| Теоретическая подготовка: | | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 |
| Воспитательная работа (модульная): «От малой родины до гражданина России», «Дорога к человечности», «В здоровом теле – здоровый дух», «Труд и призвание», «Будем жить в ладу с природой», «Экскурсии, экспедиции, походы», «Модуль «Семья», Спортивно-патриотическое воспитание». | | | | | | |
| Физическая подготовка, час: | | 175 | 245 | 292 | 372 | 423 |
| Избранный вид спорта: | | 81 | 103 | 148 | 160 | 201 |
| Количество часов в неделю | | 6 | 8 | 10 | 12 | 14 |
| Всего часов | | 276 | 368 | 460 | 552 | 644 |