



УТВЕРЖДАЮ
Директор МУ ДО «ЦРФКС»
О.П.Васильев
« 03 » 09 2020 г.

Учебный план

**Муниципального учреждения
дополнительного образования
«Центр развития физической культуры и спорта»
г. Волжска Республики Марий Эл
на 2020-2021 учебный год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
К УЧЕБНОМУ ПЛАНУ
муниципального учреждения дополнительного образования
«Центр развития физической культуры и спорта»
г. Волжска Республики Марий Эл
на 2020-2021 учебный год**

Учебный план муниципального учреждения дополнительного образования «Центр развития физической культуры и спорта» г. Волжска Республики Марий Эл (далее - МУ ДО «ЦРФКС») разработан на основе следующих документов:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41;

Устав МУ ДО «ЦРФКС».

Цель деятельности МУ ДО «ЦРФКС»: создание условий для реализации дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ в области физической культуры и спорта, оказание образовательных услуг, предусмотренных Уставом МУ ДО «ЦРФКС» в интересах личности, общества, государства.

Основные задачи учебно-воспитательной деятельности:

- вовлечение максимально возможного числа детей в систематические занятия спортом, выявление у них склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к занятиям спортом;
- создание благоприятных условий для повышения качества учебного процесса;
- формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, осуществление гармоничного развития личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;
- развитие и совершенствование уровня общей и специальной подготовленности на соответствующих этапах подготовки.

Приоритетными видами деятельности МУ ДО «ЦРФКС» являются:

- развитие мотивации личности каждого ребенка к систематическим занятиям спортом и удовлетворению потребностей населения в физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности;
- реализация программ по культивируемым в МУ ДО «ЦРФКС» видам спорта;
- участие в соревнованиях различного уровня.

Основные направленности образовательной деятельности:

- отбор одаренных детей;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;

- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовка одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организация досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Режим функционирования:

Учебный план предусматривает работу в режиме 6-дневной учебной недели.

Режим функционирования МУ ДО «ЦРФКС» устанавливается в соответствии с СанПиН 2.4.4.1251-03 и Уставом образовательного учреждения.

Утверждение контингента воспитанников производится приказом директора МУ ДО «ЦРФКС» ежегодно до 15 сентября.

МУ ДО «ЦРФКС» организует работу с обучающимися в течение всего календарного года. Начало и окончание учебного года зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных соревнований, этапа спортивной подготовки и устанавливается для каждого вида спорта индивидуально.

В целях установления благоприятного режима занятий, отдыха обучающихся, обучения их в образовательном учреждении, расписание занятий составляется с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

МУ ДО «ЦРФКС» осуществляет учебный процесс, соответствующий 7-8 годам обучения в избранном виде спорта, обеспечивающий преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки спортсменов всех возрастных групп.

Перевод спортсменов в группы следующего года обучения производится при условии положительной динамики прироста спортивных показателей на основании результатов промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, а также по выполнению или подтверждению спортивных разрядов.

Учебный план предусматривает реализацию дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ физкультурно-спортивной направленности, учитывающих возрастные и индивидуальные особенности обучающихся при занятиях избранным видом спорта.

Сроки реализации дополнительных общеобразовательных программ:

Вид спорта	Наименование программы	Возраст обучающихся	Срок реализации программы	Направленность программы
Баскетбол	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по баскетболу 2, 3 года обучения	с 8 лет	2 года	физкультурно-спортивная
Бокс	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по боксу 1 года обучения	с 7 лет	1 год	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по боксу 2, 3 года обучения	с 8 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по боксу «Общая физическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 10 лет	2 года	физкультурно-спортивная

	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по боксу «Технико-тактическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 10 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по боксу «Общая физическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 12 лет	3 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по боксу «Технико-тактическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 12 лет	3 года	физкультурно-спортивная
Гребля на байдарках и каноэ	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по гребле на байдарках и каноэ «Общая физическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 13 лет	3 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по гребле на байдарках и каноэ «Технико-тактическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 13 лет	3 года	физкультурно-спортивная
Греко-римская борьба	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по греко-римской борьбе 1 года обучения	с 7 лет	1 год	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по греко-римской борьбе 2, 3 года обучения	с 8 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по греко-римской борьбе «Общая физическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 9 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по греко-римской борьбе «Технико-тактическая (техническая) подготовка» 4, 5 года обучения	с 9 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по греко-римской борьбе «Общая физическая подготовка» 6, 7 года обучения	с 11 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по греко-римской борьбе «Технико-тактическая (техническая) подготовка» 6, 7 года обучения	с 11 лет	2 года	физкультурно-спортивная
Дзюдо	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по дзюдо 1 года обучения	с 7 лет	1 год	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по дзюдо 2, 3 года обучения	с 8 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по дзюдо «Общая физическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 9 лет	2 года	физкультурно-спортивная

	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по дзюдо «Технико-тактическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 9 лет	2 года	физкультурно-спортивная
Легкая атлетика	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по легкой атлетике 2, 3 года обучения	с 8 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по легкой атлетике «Общая физическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 11 лет	3 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по легкой атлетике «Техническо-тактическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 11 лет	3 года	физкультурно-спортивная
Лыжные гонки	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по лыжным гонкам 1 года обучения	с 7 лет	1 год	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по лыжным гонкам «Общая физическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 9 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по лыжным гонкам «Техническо-тактическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 9 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по лыжным гонкам «Общая физическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 11 лет	3 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по лыжным гонкам «Техническо-тактическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 11 лет	3 года	физкультурно-спортивная
Фигурное катание на коньках	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по фигурному катанию на коньках 1 года обучения	с 4 лет	1 год	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по фигурному катанию на коньках «Общая физическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 7 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по фигурному катанию на коньках «Техническо-тактическая подготовка» 4, 5 года обучения	с 7 лет	2 года	физкультурно-спортивная
Футбол	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по футболу 2, 3 годов обучения	с 7 лет	2 года	физкультурно-спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по	с 10 лет	3 года	физкультурно-спортивная

	футболу «Общая физическая подготовка» 6, 7, 8 года обучения			спортивная
	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по футболу «Технико-тактическая (техническая) подготовка» 6, 7, 8 года обучения	с 10 лет	3 года	физкультурно- спортивная
Художественная гимнастика	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа по художественной гимнастике 2,3 года обучения	с 5 лет	2 года	физкультурно- спортивная

Формы организации тренировочного процесса:

- учебные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях;
- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Продолжительность программ

Недельный режим учебной нагрузки является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки. Учебные занятия в отделениях по видам спорта проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях учреждения.

Недельная нагрузка для учебных групп составляет:

- обучение по программе 1 года обучения – 6 часов в неделю (276 часов в год);
- обучение по программе 2, 3 года обучения – 9 часов в неделю (414 часов в год);
- обучение по программе 4, 5 года обучения предполагает реализацию программы по общей физической подготовке в объеме 6 часов в неделю (276 часов в год) и реализацию программы по технико-тактической (технической) подготовке в объеме 6 часов в неделю (276 часов в год);
- обучение по программе 6, 7, 8 года обучения предполагает реализацию программы по общей физической подготовке в объеме 9 часов в неделю (414 часов в год) и реализацию программы по технико-тактической (технической) подготовке в объеме 9 часов в неделю (414 часов в год).

Продолжительность занятий

Максимально допустимая нагрузка в учебные дни составляет не более трех академических часов, в выходные и каникулярные дни – не более четырех академических часов в день. После 45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для активного отдыха обучающихся в виде перерывов между упражнениями.

Количественный состав групп и возраст занимающихся определяется локальным актом учреждения.

Сетка часов на 2020-2021 учебный год

Направленность дополнительного образования	Название детского объединения	Вид занятий	Год обучения	Кол-во учебных часов в неделю на одну учебную группу	Количество учебных групп/ количество учащихся	Кол-во часов в неделю	Итого часов в неделю (общая нагрузка)
Физкультурно-спортивная	баскетбол	групповые	2	9	1/20	9	18
			3	9	1/20	9	
	бокс	групповые	1	6	1/15	6	45
			2	9	1/12	9	
			5	6	1/12	12	
				6			
			6	9	1/10	18	
	гребля на байдарках	групповые	6	9	1/8	18	36
				9			
			7	9	1/8	18	
				9			
	греко-римская борьба	групповые	1	6	1/12	6	72
			2	9	1/12	9	
			3	9	1/12	9	
			5	6	1/10	12	
				6			
			7	9	2/21	36	
	дзюдо	групповые	1	6	2/50	12	66
			2	9	1/16	9	
			3	9	1/15	9	
			4	6	1/16	12	
				6			
			5	6	2/26	24	
легкая атлетика	групповые	2	9	2/22	18	45	
		3	9	1/12	9		
		6	9	1/9	18		
			9				
лыжные гонки	групповые	1	6	1/14	6	54	
		4	9	1/12	12		
			9				
		6	9	2/21	36		
футбол	групповые	2	9	6/96	54	153	
		3	9	3/48	27		
		6	9	4/66	72		
			9				
фигурное катание	групповые	1	6	1/13	6	18	
		4	6	1/12	12		
			6				
художественная гимнастика	групповые	2	9	1/17	9	18	
		3	9	1/18	9		
Фактически на 01.09.2020 г.					46/655		525
	<i>Баскетбол</i>	<i>групповые</i>					36
	<i>Футбол</i>	<i>групповые</i>					36

	<i>Бокс</i>	<i>групповые</i>					27
	<i>Хоккей с шайбой</i>	<i>групповые</i>					27
	<i>Лыжные гонки</i>	<i>групповые</i>					36
	<i>Легкая атлетика</i>	<i>групповые</i>					18
	<i>ОФП</i>	<i>групповые</i>					33
							213
Всего по учебному плану:							738

Согласно учебному плану на 01.09.2020 г. количество часов педагогической нагрузки у тренеров-преподавателей составляет **738**, в том числе **вакансия - 213 часов:**

№ п/п	Наименование вакансии	Направленность дополнительного образования	Количество вакансий
1.	Тренер-преподаватель (баскетбол)	Физкультурно-спортивная	36 часов (2 ставки)
2.	Тренер-преподаватель (футбол)	Физкультурно-спортивная	36 часов (2 ставки)
3.	Тренер-преподаватель (бокс)	Физкультурно-спортивная	27 часов (1,5 ставки)
4.	Тренер-преподаватель (хоккей с шайбой)	Физкультурно-спортивная	27 часов (1,5 ставки)
5.	Тренер-преподаватель (лыжные гонки)	Физкультурно-спортивная	36 часов (2 ставки)
6.	Тренер-преподаватель (легкая атлетика)	Физкультурно-спортивная	18 часов (1 ставка)
7.	Тренер-преподаватель (ОФП)	Физкультурно-спортивная	33 часа (1,8 ставки)
8.			
	ВСЕГО:		213 часов (11,8 ставок)