АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «АСАМАТ» ЦИВИЛЬСКОГО РАЙОНА ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| ПРИНЯТ: | УТВЕРЖДЕН: |
| на заседании педагогического  совета АО ДО «ДЮСШ «АСАМАТ | приказом директора АО ДО «ДЮСШ «АСАМАТ |
| Цивильского района | Цивильского района |
| Чувашской Республики | Чувашской Республики |
| «31» августа 2021 г., протокол № 3 | от «31»августа 2021г. № |

**Учебный план**

автономной организации

дополнительного образования АО ДО «ДЮСШ «АСАМАТ

Цивильского районана 2021-2022 учебный год

2021 г.

**1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящий учебный план разработан в соответствии с Федеральным законами РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ, с Федеральным законом РФ «О физической культуре и спорте Российской Федерации» № 329 - ФЗ, приказом Министерства спорта РФ от 24 октября 2012 г. N 325 "О методических рекомендациях по организации спортивной подготовки в Российской Федерации", приказом Министерства спорта РФ от 12.09.2013 г. №731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта», приказом Министерства спорта РФ от 27.12.2013 г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008), приказом Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. N 939 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам", Уставом МАУ ДО «ДЮСШ «ЦСиЗ «Улап» Чебоксарского района Чувашской Республики.

Учебный план направлен на достижение основных целей АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Чувашской Республики - создание условий для развития детского и юношеского спорта, повышения уровня физической подготовленности и спортивных результатов обучающихся с учетом индивидуальных особенностей, воспитания их морально-этических и нравственно-волевых качеств.

Главным условием для достижения целей АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Чувашской Республики является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его возможностей и способностей, которая обеспечивается решением задач на каждом этапе обучения.

При разработке учебного плана соблюдалась преемственность между этапами обучения, учитывались материально - технические, региональные условия, кадровый состав, календарь республиканских и районных соревнований, дополнительные общеобразовательные программы по видам спорта.

Дополнительные общеобразовательные программы разработаны с учетом «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008), приказом Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. N 939 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам".

Каждая программа представляет собой нормативный документ, утвержденный педагогическим советом, и включает следующие структурные элементы:

* титульный лист;
* пояснительная записка;
* учебный план;
* методическая часть;
* план воспитательной и профориентационной работы;
* систему контроля (порядок и формы текущего контроля, формы аттестации) и зачетные требования;
* перечень информационного обеспечения.

Дополнительные общеобразовательные программы АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Республики направлены на физкультурно­-спортивную деятельность (предпрофессиональные программы - для обучающихся от 8 до 18 лет, общеразвивающие программы - для обучающихся от 5 лет):

* баскетбол (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели), дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 - 4 года обучения (44 учебных недели);
* бокс (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 - 4 года обучения (44 учебных недели);
* волейбол (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (33 и 44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 - 4 года обучения (33 и 44 учебных недели);
* вольная борьба (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (33, 37 и 44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 - 4 года обучения (33, 37 и 44 учебных недели);
* легкая атлетика (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа по легкой атлетике, рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 - 4 года обучения (44 учебных недели);
* лыжные гонки (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 - 4 года обучения (33 учебных недели);
* пауэрлифтинг (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели), дополнительная общеразвивающая программа, рассчитана на 1-4 года обучения (33 учебных недели);
* плавание (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа по плаванию, рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа, рассчитана на 1-4 года обучения (37 и 44 учебных недели);
* самбо (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа рассчитана на 1 - 4 года обучения (44 учебных недели);
* спортивный туризм (мальчики и девочки) - дополнительная предпрофессиональная программа рассчитана на 8 лет обучения (44 учебных недели);
* футбол (мальчики) - дополнительная предпрофессиональная программа по футболу, рассчитана на 8 лет обучения (33 и 44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа, рассчитана на 1-4 года обучения (44 учебных недели).
* Хоккей (мальчики) - дополнительная предпрофессиональная программа по футболу, рассчитана на 8 лет обучения (33 и 44 учебных недели); дополнительная общеразвивающая программа, рассчитана на 1-4 года обучения (44 учебных недели).

АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Чувашской Республики организует учебно-тренировочные занятия дополнительных предпрофессиональных программ и спортивно-массовые мероприятия в режиме 6-дневной учебной недели, оптимально соответствующей эффективности осуществления воспитательно-образовательного процесса.

Учебный план соответствует объему учебной нагрузки обучающихся. Основными формами учебно-воспитательного процесса являются групповые учебно-тренировочные занятия.

Учебно-тренировочные занятия - основной элемент воспитательно­образовательного процесса, строится на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей детей.

Содержание деятельности в учебно-тренировочном этапе определяется тренером-преподавателем с учетом дополнительных образовательных программ и учебных планов.

Выбирая средства и методы обучения, тренеры-преподаватели отдают предпочтение развивающим методикам, учитывают индивидуальные особенности обучающихся, формируют устойчивые интересы и навыки самостоятельной работы.

Часовая нагрузка распределяется согласно дополнительным образовательным программам с учетом возраста и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся.

Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не может превышать:

* для дополнительных общеразвивающих программ - 2 академических часа;
* для дополнительных предпрофессиональных программ базовой уровень сложности:

- на 1-2 года обучения - 2 академических часа;

- на 3-4 года обучения - 2 академических часа;

- на 5-6 года обучения - 2-3 академических часа;

углубленный уровень сложности:

- на 1 года обучения - 2-3 академических часа;

- на 2 года обучения - 3-4 академических часа;

Для дополнительных предпрофессиональных программ распределение времени в учебном плане на основные предметные области по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки:

Базовый уровень образовательной программы должен предусмотреть изучение и освоение следующих обязательных и вариативных предметных областей:

- обязательные предметные области базового уровня;

- теоретические основы физической культуры и спорта;

- общая физическая подготовка; вид спорта.

Вариативные предметные области базового уровня:

- различные вида спорта и подвижные игры;

- развитие творческого мышления;

- хореография и (или) акробатика;

- национальный региональный компонент;

- специальные навыки;

- специальное и содействие гармоничному формированию растущего организма.

Углубленный уровень образовательной программы должен предусматривать изучение и освоение следующих обязательных и вариативных предметных областей:

- обязательные предметные области углубленного уровня:

- теоретические основы физической культуры и спорта;

- основы профессионального самоопределения;

- общая и специальная физическая подготовка;

- вид спорта.

Вариативные предметные области углубленного уровня:

- различные виды спорта и подвижные игры;

- судейская подготовка;

- развитие творческого мышления;

- хореография и (или) акробатика;

- уход за животными, участвующими в спортивных соревнованиях;

- национальный региональный компонент;

- специальные навыки;

- спортивное и специальное оборудование.

В предметной области «теоретические основы физической культуры и спорта» для базового уровня:

- знание истории развития спорта;

- знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе;

- знание основ [законодательства](https://base.garant.ru/12157560/1b93c134b90c6071b4dc3f495464b753/%23block_4) в области физической культуры и спорта;

- знания, умения и навыки гигиены;

- знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;

- знание основ здорового питания;

- формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом

для углубленного уровня.

- знание истории развития избранного вида спорта;

- знание значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого качества жизни;

- знание этических вопросов спорта;

- знание основ общероссийских и международных [антидопинговых](https://base.garant.ru/71466168/%23block_1000) [правил;](https://base.garant.ru/71466168/%23block_1000)

- знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта, а также условий выполнения этих норм и требований;

- знание возрастных особенностей детей и подростков, влияния на спортсмена занятий избранным видом спорта;

- знание основ спортивного питания.

В предметной области «общая физическая подготовка»

для базового уровня:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;

- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;

-развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно­силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;

- формирование двигательных умений и навыков;

-освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;

- формирование социально-значимых качеств личности;

- получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);

- приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

для углубленного уровня:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;

- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы специальной физической подготовки;

- развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по избранному виду спорта;

- специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий избранным видом спорта.

В предметной области «вид спорта»

для базового уровня:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно­силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта;

- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;

- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;

- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок;

- знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта;

- знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом;

- приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях;

- знание основ судейства по избранному виду спорта.

для углубленного уровня:

- обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта;

- освоение комплексов специальных физических упражнений;

- повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;

- знание требований [федерального стандарта](https://base.garant.ru/57413300/) спортивной подготовки по избранному виду спорта;

- формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта;

- знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства;

- опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.

В предметной области «различные виды спорта и подвижные игры»

для базового и углубленного уровней:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;

- умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;

- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;

- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

В предметной области «судейская подготовка» для углубленного уровня:

- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике;

- знание этики поведения спортивных судей;

- освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта.

В предметной области «развитие творческого мышления»

для базового и углубленного уровней:

- развитие изобретательности и логического мышления;

- развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, -

- связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи;

- развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия

В предметной области «хореография и (или) акробатика»

для базового и углубленного уровней

- умение определять средства музыкальной выразительности;

- умение выполнять комплексы специальных хореографических и (или) акробатических упражнений, способствующих развитию профессионально -­необходимых физических качеств в виде спорта;

-умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;

- приобретение навыков музыкальности, пластичности, выразительности, артистичности, импровизации.

В предметной области «национальный региональный компонент» для базового и углубленного уровней:

-знание особенностей развития видов спорта в субъекте Российской Федерации.

В предметной области «специальные навыки»

для базового и углубленного уровней:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;

- умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта;

- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;

- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.

В предметной области «спортивное и специальное оборудование»

для базового и углубленного уровней:

- знание устройства спортивного и специального оборудования по избранному виду спорта;

- умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;

- приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

Для дополнительных общеразвивающих программ распределение времени в учебном плане на основные предметные области по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами:

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;

- разносторонняя физическая подготовка;

- знакомство с основами техники выполнения физических упражнений,

- освоение и совершенствование двигательных навыков;

- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;

- содействие гармоничному формированию растущего организма.

С увеличением общего годового объема часов изменяется соотношение времени на различные виды подготовки. Из года в год повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую, интегральную подготовку. Постепенно уменьшается, а затем стабилизируется объем нагрузок, направленных на развитие общефизических качеств.

Методическое обеспечение образовательного процесса.

**Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:**

1. научно-педагогической помощи:

- разработка и внедрение общеобразовательных 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.

1. консультативно-методической помощи:

- проведение педагогических и тренерских советов в рамках ДЮСШ;

- методические семинары и консультации с привлечением учителей физической культуры общеобразовательных школ;

- организация и проведение районных спартакиад школьников;

- организация и проведение районных и республиканских соревнований;

- аттестация тренеров-преподавателей ДЮСШ.

**Повышение квалификации.**

1. Своевременное прохождение курсов повышения квалификации тренеров- преподавателей проводится 1 раз в 3 года.

2.Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры.

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

4.Участие в районных, республиканских конкурсах и семинарах, семинарах и курсах по судейству соревнований.

5. Обеспечение современной методической литературой.

6. Изучение правил соревнований и изменений в них.

7. Аттестация тренеров-преподавателей.

8. Самообразование.

1. Участие в конкурсах учреждений дополнительного образования детей.

**Общий режим работы ДЮСШ**

Начало и окончание учебного года зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных мероприятий, этапа спортивной подготовки. В каникулярный период увеличиваются дополнительные образовательные услуги по каникулярному плану за счет соревнований и воспитательных мероприятий.

Начало учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ не ранее 6.45 ч, окончание - не позднее 20.00 ч, для обучающихся 16-18 лет - до 21.30 ч.

Расписание учебно-тренировочных занятий составляется администрацией АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Чувашской Республики по представлению тренеров-преподавателей в начале учебного года с учетом создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся, пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм и утверждается директором.

Перенос учебно-тренировочных занятий, изменение расписания производится только с согласия администрации и оформляется документально.

В воскресные дни, кроме основных учебно-тренировочных занятий по расписанию, проводятся соревнования, организуются выездные соревнования, воспитательно-образовательные мероприятия.

АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Чувашской Республики организует работу с детьми в течение всего календарного года, в том числе и в каникулярное время. В период школьных каникул занятия могут проводиться по специальному расписанию.

**Этапы и периоды многолетней подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на обучение и минимальное количество детей в группах**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы многолетней подготовки | Период  обучения | Минимальная наполняемость группы (чел.) | Максимальная наполняемость группы (чел | Минимальный возраст для зачисления (лет) |
| Спортивно-оздоровительный этап | 1-4 года обучения | 15 | 30 | 6 |
| Базовый уровень сложности | 1-2 годы обучения | 14 | 30 | 7-9 |
| 3-4 годы обучения | 14 | 30 | 9-10 |
| 5-6 годы обучения | 14 | 25 | 10-11 |
| Углубленный уровень сложности | 1 год  обучения | 12 | 25 | 10 |
| 2 год  обучения | 10 | 20 | 12 |

Нормативы максимальных объемов тренировочной нагрузки

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этапы многолетней подготовки | Период  обучения | Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (академический час) | Количество занятий в неделю | Годовой объем тренировочной и соревновательной деятельности (академический час) |
| Спортивно­оздоровительный этап | 1-4 года обучения | 1-6 | 1-6 | 44 -264 |
| Базовый уровень сложности | 1-2 годы обучения | 6 | 3-6 | 264 |
| 3-4 годы обучения | 6 | 3-4 | 264 |
| 5-6 годы обучения | 9 | 4-5 | 396 |
| Углубленный уровень сложности | 1 год обучения | 12 | 4-5 | 528 |
| 2 год обучения | 14 | 5-6 | 616 |

Требования по зачислению и переводу по годам обучения на базовый уровень сложности

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Требования | Базовый уровень сложности | | |
| 1 -2 годы обучения | 3-4 годы обучения | 5-6 годы обучения |
| Минимальный возраст для зачисления (лет) | 7-9 | 8-10 | 10-11 |
| Медицинские требования | Допуск к занятиям | Допуск к занятиям | медицинское обследование 1 раз в год |
| Нормативы по ОФП и СФП | Прохождение индивидуального отбора | Выполнение переводных нормативов |  |
| Спортивная  подготовленность (разряд) | - | - | - |
| Уровни соревнований | - | Участие в соревнованиях | Участие в соревнованиях |
| Выполнение объема тренировочной нагрузки в % от тренировочного плана |  | Не менее 85% | Не менее 85% |

Требования по зачислению и переводу по годам обучения на углубленный уровень сложности

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Требования | Углубленный уровень сложности | |
| 1 год обучения | 2 год обучения |
| Минимальный возраст для зачисления (лет) | **10** | 12 |
| Медицинские требования | медицинское обследование 1 раз в год | |
| Нормативы по ОФП и СФП | Выполнение переводных нормативов | |
| Спортивная  подготовленность (разряд) | Не ниже 2 юн. | Не ниже 1 юн. |
| Уровни соревнований | **Согласно программным требованиям** | |
| Выполнение объема тренировочной нагрузки в % от тренировочного плана | Не менее 85% | Не менее 85% |

**2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА**

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

автономной организации дополнительного образования АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Чувашской Республики на 2021-2022 учебный год по дополнительным общеразвивающим программам

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел программы | Спортивно-оздоровительный этап | | |
| 1 | Теоретическая подготовка | 16 | 8 | 4 |
| 2 | Общая физическая подготовка | 110 | 55 | 17 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 80 | 40 | 12 |
| 4 | Технико-тактическая подготовка | 42 | 21 | 7 |
| 5 | Соревнования | 12 | 6 | 2 |
| 6 | Контрольные испытания (приемные и переводные) | 4 | 2 | 2 |
| 7 | Нагрузка в неделю | 6 | 3 | 1 |
| 8 | Общее количество часов (44 недели) | 264 | 132 | 44 |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел программы | Спортивно-оздоровительный этап | | |
| 1 | Теоретическая подготовка | 13 | 6 | 2 |
| 2 | Общая физическая подготовка | 94 | 47 | 15 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 68 | 34 | 11 |
| 4 | Технико-тактическая подготовка | 35 | 17 | 6 |
| 5 | Соревнования | 10 | 5 | 2 |
| 6 | Контрольные испытания (приемные и переводные) | 2 | 2 | 1 |
| 7 | Нагрузка в неделю | 6 | 3 | 1 |
| 8 | Общее количество часов (37 недели) | 222 | 111 | 37 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел программы | Спортивно-оздоровительный этап | |
| 1 | Теоретическая подготовка | 12 | 6 |
| 2 | Общая физическая подготовка | 84 | 42 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 68 | 34 |
| 4 | Технико-тактическая подготовка | 30 | 15 |
| 5 | Соревнования | 2 | 1 |
| 6 | Контрольные испытания (приемные и переводные) | 2 | 1 |
| 7 | Нагрузка в неделю | 6 | 3 |
| 8 | Общее количество часов (33 недели) | 198 | 99 |

**ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН** автономной организации дополнительного образования АО ДО «ДЮСШ»Асамат» Цивильского района Чувашской Республики на 2021-2022 учебный год по дополнительным предпрофессиональным программам

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел подготовки | Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана базового уровня сложности программы | | | Процентное соотношение обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана углубленного уровня сложности | |
| 1-2 годы обучения | 3-4 годы обучения | 5-6 годы обучения | 1 год обучения | 2 год обучения |
| 1 | Обязательные предметные области |  |  |  |  |  |
| 1.1 | Теоретические основы физической культуры и спорта | 10 - 25 | 10 - 18 | 10 - 20 | 10 - 15 | 10 - 12 |
| 1.2 | Общая физическая подготовка | 20 - 30 | 20 - 30 | 20 - 30 | - | - |
| 1.3 | Общая и специальная  физическая  подготовка |  |  |  | 10 - 15 | 10 - 15 |
| 1.4 | Вид спорта | 15 - 30 | 15 - 30 | 15 - 30 | 15 - 30 | 15 - 30 |
| 2 | Вариативные предметные области |  |  |  |  |  |
| 2.1 | Различные виды спорта и подвижные игры | 5-15 | 5-15 | 5-15 | 5-10 | 5-10 |
| 2.2 | Судейская подготовка | - | - | - | 5-10 | 5-10 |
| 2.3 | Специальные навыки | 5-20 | 5-20 | 5-20 | 5-20 | 5-20 |
| 2.4 | Национальный региональный компонент | 5-20 | 5-20 | 5-20 | 5-20 | 5-20 |
| 3 | Самостоятельная работа | Выполняется в каникулярный период по индивидуальному заданию тренера | | | | |
| 4 | Промежуточная и итоговая аттестация | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 7 | Общее количество часов  (44 недели) | 264 | 264 | 396 | 528 | 616 |
| 7 | Нагрузка в неделю | 6 | 6 | 9 | 12 | 14 |

Учебно-материальное оснащение реализуемых программ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование деятельности | Наличие |
|  | Баскетбол | * - спортивные залы: АО «ДО «ДЮСШ «Асамат» * -спортивный зал МБОУ «Цивильская СОШ№1»» - по договору безвозмездного пользования. * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  | Бокс | * - зал бокса: АО ДО «ДЮСШ «Асамат» * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебная программа * - методическое обеспечение |
|  | Волейбол | * - спортивные залы: МБОУ «СОШ п.Опытный», МБОУ «Конарская СОШ» - по договору безвозмездного пользования. * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  | Вольная борьба | * - зал борьбы АО ДО «ДЮСШ «Асамат» * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  | Легкая атлетика | * - спортивные залы, стадион: АО ДО «ДЮСШ» Асамат» * -спортивный зал «МБОУ «Цивильская СОШ№1»- по договору безвозмездного пользования. * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  | Лыжные гонки | * - спортивные залы и стадионы: АО ДО «ДЮСШ «Асамат» * - МБОУ «Цивильская СОШ№1», МБОУ «ТувсинскаяСОШ», МБОУ «Чурачикская СОШ» - по договору безвозмездного пользования. * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  | Пауэрлифтинг | * - тренажерный зал: АО ДО «ДЮСШ»Асамат» * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебная программа * - методическое обеспечение |
|  | Плавание | * - бассейн: АО ДО «ДЮСШ»Асамат» * - спортивный инвентарь * - учебные программа * - методическое обеспечение |
|  | Самбо | * - спортивный зал АО ДО «ДЮСШ «Асамат» * - МБОУ «Цивильская СОШ№1» - по договору безвозмездного пользования. * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  | Спортивный туризм | * - - МБОУ «Цивильская СОШ№1» - по договору безвозмездного пользования. * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  | Футбол | * - стадион АО ДО» «Асамат» * -спортивный зал АО ДО «ДЮСШ «Асамат» * - спортивный инвентарь и оборудование * - учебные программы * - методическое обеспечение |
|  |  |  |