

Муниципальное казенное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа»  
Дзержинского района

Принято  
на педагогическом совете  
МКОУ ДО «ДЮСШ»  
31.05.2016г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ ДО «ДЮСШ»  
И. Прохоровский  
31.05.2016г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

Муниципального казенного образовательного учреждения  
дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа»  
Дзержинского района  
на 2016 - 2018 г.г.

Дзержинский район  
2016 г.

## Пояснительная записка

Процессы модернизации российского образования, новые приоритеты в образовательной политике, изменения в порядке организации и осуществления образовательной деятельности в дополнительном образовании спортивной направленности требуют поиска новых подходов к образовательной деятельности.

В этих условиях, МКОУ ДО «ДЮСШ Дзержинского района ориентируется на решение современных образовательных задач:

- создание среды, способствующей всестороннему развитию личности ребенка;
- развитие сотрудничества с другими организациями в целях обеспечения доступного и качественного дополнительного образования;
- создание условий сохранения единого образовательного пространства;
- разработка и усовершенствование дополнительных общеобразовательных программ согласно закона РВ «Об образовании»;
- выявление одаренных и интересующихся физкультурой и спортом детей, привлечение их к обучению в разных формах образовательной деятельности ДЮСШ;
- поддержка одаренных и талантливых обучающихся в области физической культуры и спорта, а также их профориентации;
- подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, в том числе из числа учащихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов и инвалидов;
- подготовка сборной команды Дзержинского района по различным видам спорта, резерва для сборной команды Калужской области;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;
- сохранение и укрепление кадрового состава, повышение его профессионального уровня с учётом современных требований,
- укрепление материально-технической базы, ресурсного обеспечения.

В целях обеспечения качественного уровня дополнительного образования детей МКОУ ДО «ДЮСШ» разрабатывает свою новую образовательную программу.

Образовательная программа – это документ, который характеризует специфику содержания образования и особенности организации учебного процесса, создана для реализации образовательного заказа государства, социального заказа родителей учащихся и самих учащихся, с учетом реальной социальной ситуации, материальных и кадровых возможностей школы.

### Информационно-аналитическая справка о деятельности ДЮСШ

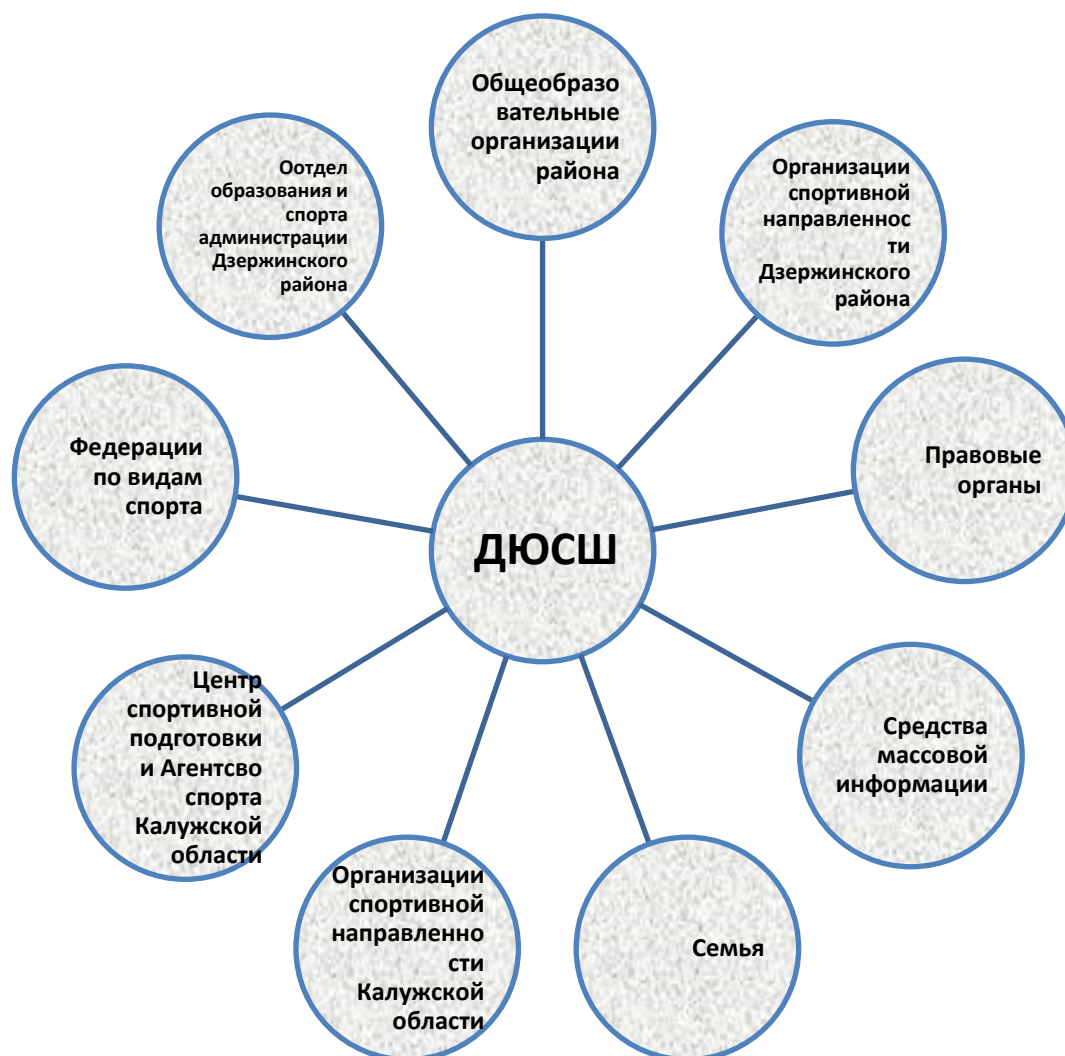
Полное наименование учреждения	Муниципальное казенное образовательное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» Дзержинского района
Организационно-правовая форма	Муниципальное казенное учреждение
Учредитель	Отдел образования и спорта Администрации Дзержинского района, 4-69-67
Юридический, фактический адрес	249832, Калужская область, г. Кондрово, пр. Труда, дом 10
Сведения о лицензировании образовательной деятельности	Лицензия на осуществление образовательной деятельности-регистрационный номер 455 от 29 декабря 2015г. серия 40ЛО1 № 0001453 выданная министерством образования и науки Калужской области
Сведения о регистрации Устава	Устав внесен в Единый государственный реестр юридических лиц 21 сентября 2015г.
Электронная почта	<a href="mailto:dyussh2012@mail.ru">dyussh2012@mail.ru</a>
Адрес сайта в сети Интернет	дюзш-дзержинский.рф
Год открытия школы	1968

### Общая характеристика образовательного учреждения

ДЮСШ осуществляет свою деятельность на территории Дзержинского района и Калужской области, а также вправе представлять свои интересы в других регионах Российской Федерации и за рубежом.

ДЮСШ единственное в Дзержинском районе учреждение дополнительного образования детей спортивной направленности. Не имея своих зданий и спортивных сооружений мы используем материально-техническую базу общеобразовательных организаций и организаций спортивной направленности района, а также сотрудничаем с учреждениями спортивной направленности области. На основе договоров безвозмездного пользования муниципальным имуществом образовательный процесс осуществляется на базе муниципальных общеобразовательных организаций Дзержинского района, которые являются надежными партнерами школы в образовательном пространстве района.

*Школа осуществляет свою деятельность в содружестве со многими организациями района и области*



Основное предназначение школы состоит в реализации дополнительных общеобразовательных программ и услуг в интересах личности, общества, государства, обеспечение необходимых условий для разностороннего личностного развития, адаптации к жизни в обществе, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся, развитие их мотивации к познанию и творчеству, формирование общей культуры и здорового образа жизни, организация содержательного досуга.

Школа функционирует как открытая социально-педагогическая система, на основе социального заказа общества, и в своей деятельности реализует следующие социально-педагогические функции: образовательную, воспитательную, социокультурную, социализации, социальной защиты, социальной адаптации, профориентационную и оздоровительную.

Школа осуществляет обучение по дополнительным общеобразовательным программам – дополнительные общеразвивающие и предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта по культивируемым видам. Все дополнительные общеобразовательные программы реализуются бесплатно.

Прием детей в ДЮСШ осуществляется по заявлению родителей (законных представителей) и по результатам медицинского заключения, на обучение по дополнительным общеобразовательным предпрофессиональным программам проводятся вступительные испытания.

### Аналитическое обоснование программы. Цели, задачи

Анализ работы МКОУ ДО «ДЮСШ» за предыдущие годы показал, что для решения актуальных проблем, поставленных целей и задач были активизированы все имеющиеся кадровые ресурсы. Проводилась работа по реализации таких направлений в деятельности, как наполняемость групп и сохранность контингента, подготовка спортсменов-разрядников, спортивно-массовая работа, оздоровительная работа, повышение квалификации кадров, воспитательная работа, работа с родителями.

Анализ результатов функционирования школы определил цель дальнейшей работы тренерско-преподавательского состава по достижению высоких результатов спортивной деятельности.

**Цель** - создать образовательное пространство, обеспечивающее личностный рост всех участников образовательного процесса, достижение высоких результатов спортивной деятельности, а также увеличение количества обучающихся, увеличения количества обучающихся, выполнивших разряды и звания, выполнения задач государства.

Образовательная программа – это программа деятельности участников образовательного процесса, ориентирована на удовлетворение актуального запроса потребителей образовательных услуг, на развитие системы дополнительного образования.

### Паспорт образовательной программы

<b>Наименование ОО</b>	Муниципальное казенное образовательное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» Дзержинского района
<b>Сроки реализации</b>	2016-2018 г.г.
<b>Возраст учащихся</b>	от 7 до 23 лет
<b>Нормативное обеспечение образовательной программы</b>	Конституцией Российской Федерации Федеральный Закон Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ; Приказ Минспорта России от 12.09.2013 N 730 «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»; Приказ Минспорта России от 12.09.2013 N 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта»; Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"; Приказ Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
<b>Цели и задачи образовательной программы</b>	Цель - создать образовательное пространство, обеспечивающее личностный рост всех участников образовательного процесса, достижение высоких результатов спортивной деятельности, а также увеличение количества обучающихся, увеличения количества обучающихся, выполнивших разряды и звания. Для реализации указанной цели необходимо решать следующие задачи: - продолжать на основе уже достигнутых результатов деятельности школы

	<p>целенаправленную работу в плане подготовки спортивного резерва по культивируемым направлениям, совершенствуя методы и подходы в учебно-тренировочной работе с детьми с учетом изучения и внедрения передового опыта, внедрения федеральных государственных стандартов, переход на программы спортивной подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- продолжать обновления содержания общеобразовательных программ по видам спорта в соответствии с ФГТ и нормативными документами в области дополнительного образования детей;</li> <li>- развивать систему обеспечения современного качества образования (кадровые, материально-технические, информационные ресурсы);</li> <li>- создать оптимальные условия для психического, физического, нравственного здоровья всех участников образовательного процесса;</li> <li>- обеспечить формирование ценностного отношения к жизни, к своему собственному здоровью, к культуре и толерантного отношения к окружающим;</li> <li>- формирование потребности у учащихся в регулярных занятиях физической культурой и спортом, воспитания осмысленного отношения к ним как способу самореализации и лично значимому проявлению человеческих способностей;</li> <li>- привлекать контингент детей для занятия физкультурой и спортом из удаленных мест района;</li> <li>- привлечение к участию в развитии ДЮСШ организаций, предприятий, обучающихся, педагогов, родителей.</li> </ul>
<p><b>Социальный заказ образовательной организации</b></p>	<p>Социальный заказ на образование – это отражение интересов тех сторон, чьи потребности удовлетворяются в процессе деятельности образовательного учреждения.</p> <p>Характеристика социального заказа складывается из компонентов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- государственный заказ</li> <li>- потребности учащихся, ожидания родителей</li> <li>- профессиональные педагогические потребности учителей.</li> </ul> <p><i>Государство</i> формирует свои требования в значениях государственных интересов.</p> <p><i>Родители</i> ориентируются на перспективные рынки труда, на образование своих детей как семейный инвестиционный проект и хотят, чтобы ДЮСШ обеспечивало:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- занятость детей в дополнительном образовании;</li> <li>- укрепление здоровья;</li> <li>- организацию летнего отдыха</li> <li>- организацию выездных соревнований</li> <li>- разнообразие культивируемых видов спорта</li> <li>- достижение оптимальных спортивных результатов;</li> <li>- подготовку в учебные заведения физкультурно-спортивной направленности.</li> </ul> <p><i>Учащиеся</i> реализуют личные и общественные потребности и установки, связанные с образовательной успешностью и успешной социализацией и хотят, чтобы в ДЮСШ:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- было интересно заниматься спортом;</li> <li>- были комфортные педагогические и материальные условия для успешного занятия избранным видом спорта, общения, самореализации;</li> <li>- была атмосфера понимания и уважения со стороны тренерско-преподавательского состава;</li> <li>- создавались возможности быть успешными, хотят участвовать в спортивной, общественной жизни ДЮСШ, района, области;</li> <li>- не было перегрузок;</li> <li>- были социально защищены.</li> </ul> <p><i>Тренерско-преподавательский состав ожидает:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создания благоприятных условий для осуществления профессиональной деятельности;</li> <li>- создания условий для творческой самореализации в профессиональной деятельности;</li> </ul>

	<p>- адекватную оценку своего труда;  - социальной защищённости.  <i>Работодатели</i> и их профессиональные сообщества обращают свои вызовы к образованию: через требования к персоналу, начинают формировать требования к выпускнику.</p>
<b>Миссия ОО</b>	<p><i>Миссия школы</i> состоит в том, чтобы создать максимальный уровень доступности качественного дополнительного образования каждого обучающегося школы в соответствии с запросами учащихся и родителей и индивидуальными возможностями личности и формированию позитивного образа гражданского общества России.  <i>Школа стремится</i> создать образовательное пространство, обеспечивающее личностный рост всех участников образовательного процесса, способных к самоопределению, саморазвитию в различных областях жизни, достижение высоких результатов спортивной деятельности, увеличение количества обучающихся, увеличения количества обучающихся, выполнивших разряды и звания.</p>
<b>Уровни образования</b>	<p>- Этап спортивно – оздоровительный – от 1 до 3 лет  - Этап начальной подготовки – до 3 лет  - Этап тренировочный – до 5 лет  - Этап совершенствования спортивного мастерства – до 3 лет</p>
<b>Принципы образовательной программы</b>	<p><i>Принципы</i> – это общие установки, определяющие, какой должна (или какой не должна) быть деятельность согласно образовательной программе.  <i>Принцип</i> роста самостоятельности образовательной деятельности учащихся и их ответственности за получаемые промежуточные и итоговые результаты о начальной к завершающей ступени обучения;  <i>Принцип</i> расширения образовательного пространства учащихся на основе учета их способностей, интересов и склонностей;  <i>Принцип</i> комплексного сопровождения, учащегося и тренера;  <i>Принцип</i> сочетания индивидуального и социального подходов в осуществлении развивающей, досуговой деятельности учащихся и тренеров;  <i>Принцип</i> преемственности целей, ценностей и технологий на всем протяжении образовательного маршрута;  <i>Принцип</i> максимальной эффективности взаимодействия учащегося и тренера на занятии.  <i>Принцип</i> ресурсной обеспеченности – цель программы не может быть достигнута, если школа не располагает необходимыми для этого финансовыми и материально-техническими ресурсами, и если участники проекта не обладают необходимой для его реализации компетенцией.  <i>Принцип</i> контролируемости – для того, чтобы своевременно выявлять различные угрозы эффективности, возникающие в ходе реализации программы, и принимать необходимые для минимизации их негативного влияния меры, реализация программы должна иметь специальную систему контроля и регулирования хода работ. Необходимо обеспечение соответствующей периодичности контроля и принятия решений в случае возникновения нежелательных ситуаций.  <i>Принцип</i> непрерывности образования – принцип включает с одной стороны, преемственность всех этапов образования, с другой – последовательность прохождения этих этапов.  <i>Принцип</i> гуманизации личности и среды – уважение к личности обучающегося и спортсмена, принятие его личных целей, интересов, будущих профессиональных потребностей.  <i>Принцип</i> дифференциации – обеспечивает условия для более полного раскрытия индивидуальности каждого обучающегося.</p>
<b>Приоритетные направления образовательной программы</b>	<p>- Массовое вовлечение детей и подростков к систематическим занятиям спортом  - Выявление в процессе систематических занятий способных детей, и подготовка из них спортсменов высокой квалификации, для сборных команд</p>

	<p>района, области, России;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- переход на обучение обучающихся по программам спортивной подготовки в соответствии с приказами минспорта РФ</li> <li>- Развитие культуры здорового образа жизни, профилактика наркомании и детской преступности</li> <li>- Создание условий для педагогического творчества</li> <li>- Повышение влияния ДЮСШ на социализацию и самоопределение личности школьника, его адаптивность к новым условиям.</li> </ul>
<p><b>Модель выпускника, прошедшего полный курс обучения</b></p>	<p>Результатом эффективного внедрения современных подходов является выпускник, имеющий морально-ценностные ориентации, лидерские качества и оптимальные результаты спортивной деятельности. Формируя образ выпускника нашей спортивной школы, мы исходим из того, что нет и не может быть единых жестких требований к каждому выпускнику, так как нельзя оспаривать индивидуальность каждого человека. В нашем понимании выпускник - это личность максимально адаптированная к современным социальным условиям и ориентированная на успех.</p> <p>Модель выпускника ДЮСШ подразумевает предполагаемый результат совместной деятельности организации и семьи, характеризующий их представления о наиболее важных качествах личности ребенка, которыми должен обладать выпускник спортивной школы.</p> <p>Выпускник - это самостоятельная, творческая, конкурентоспособная, воспитанная личность способная:</p> <p><i>Ценностные ориентации:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- здоровый образ жизни;</li> <li>- толерантное отношение к окружающим;</li> <li>- нравственные принципы.</li> </ul> <p><i>Лидерские качества:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- активная гражданская позиция;</li> <li>- мотивация на непрерывную самообразовательную деятельность;</li> <li>- мобильность (способность быстро перестраиваться);</li> <li>- коммуникабельность.</li> </ul> <p><i>Оптимальные результаты спортивной деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соревновательная деятельность в соответствии с потенциальными возможностями обучающихся, требованиями федеральных государственных стандартов.</li> </ul> <p><i>Выпускник ДЮСШ должен знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- теоретические основы по физическому воспитанию; спортивную терминологию; алгоритм выполнения упражнений; правила действий по выбранному виду спорта</li> <li>- правила и способы ведения здорового образа жизни</li> <li>- основы медицинских знаний и способы оказания первой помощи</li> <li>- правила поведения в социуме</li> </ul>
<p><b>Ожидаемые результаты</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- снижение заболеваемости обучающихся, укрепление состояния здоровья;</li> <li>- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом;</li> <li>- организация разумного досуга на основе занятий спортом</li> <li>- овладение способами управления своей телесностью.</li> <li>- приобретение базовых навыков и умений и совершенствование их в избранном виде спорта.</li> <li>- достижение высоких спортивных результатов и выполнение спортивных разрядов, званий</li> <li>- судейские и инструкторские умения в организации и проведении спортивных мероприятий</li> <li>- дальнейшее совершенствование спортивного образования, ориентированного на формирование жизнеспособной здоровой личности, легко адаптирующейся в изменяющихся социально-экономических условиях</li> <li>- совершенствование социального партнерства родителей, педагогов и детей</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- расширение социального партнерства с организациями района</li> <li>- повышение квалификации педагогов, овладение новыми педагогическими компетенциями</li> <li>- профессиональное самоопределение учащихся ДЮСШ.</li> </ul>
<b>Механизм реализации образовательной программы</b>	<p>Качественное выполнение образовательной программы предусматривает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организация спортивных групп по видам спорта, где осуществляется теоретическая и практическая подготовка занимающихся через учебно-тренировочные занятия, участие в товарищеских, районных, областных российских соревнованиях;</li> <li>- организация и проведение летних спортивно-оздоровительных лагерей, площадок, учебных сборов, ;</li> <li>- проведение культурно-массовых мероприятий (подвижные игры, эстафеты, конкурсы, походы, тематические вечера, развлекательные программы);</li> <li>- создание материально-технической базы для выполнения образовательной программы</li> </ul>

### **Организация образовательного и тренировочного процесса.**

Школа работает для всех, что позволяет удовлетворять потребности каждого учащегося..

#### **Задачи образовательного процесса:**

Увеличить количество обучающихся выполняющих спортивные разряды и показывающих хорошие результаты на соревнованиях различного уровня:

- создать необходимые условия для улучшения спортивных показателей воспитанников ДЮСШ;
- улучшить результативность команд на соревнованиях районного, областного и федерального уровня;
- обеспечить развитие одаренных детей;
- обеспечить повышения уровня общей и специальной физической подготовленности в соответствии с требованиями программ по видам спорта, федеральными государственными требованиями по видам спорта;
- пропагандировать лучших спортсменов ДЮСШ на стендах, газете и телевидении.

Способствовать сохранению и увеличению контингента обучающихся:

- вовлекать максимально возможное количество детей, юношей и девушек в систематическое занятия выявлять их склонность и интерес к различным видам спорта;
- проводить массовые внутришкольные и районные соревнования, турниры, первенства;
- проводить тематические родительские собрания и беседы, открытые показательные тренировки для родителей;
- организовывать поездки учащихся на соревнования и турниры с участием команд мастеров.

Формировать у детей, молодежи потребность в здоровом образе жизни, осуществлять гармоничное развитие личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями:

- проводить беседы в группах о пользе здорового образа жизни и негативном влиянии вредных привычек;
- осуществлять в группах контроль за посещаемостью тренировок;
- во время каникул организовывать спортивно-оздоровительные лагеря;
- просмотр игр, соревнований на видеокассетах;
- направлять учащихся имеющих высокие результаты в учебные заведения со спортивной направленностью.

Повысить компетентность тренеров-преподавателей в области диагностики, мониторинга, оценки и самооценки деятельности детей, юношей, девушек и взрослых:

- курсы по повышению квалификации и переподготовки работников;
- разработка диагностических материалов;
- продолжить работу по формированию портфолио ДЮСШ;
- создание положительного эмоционального поля взаимоотношений «тренер-ученик», «ученик-ученик», «тренер-тренер».

Основные формы образовательного процесса:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам подготовки (обязательно на этапах спортивного совершенствования)



- медико-восстановительные (реабилитационные) мероприятия;
- тестирование (конкурсный отбор, сдача контрольных и переводных нормативов);
- участие в спортивно-массовых , соревнованиях, матчевых встречах, а также учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед вышестоящими по рангу соревнованиями;
- инструкторская и судейская практика обучающихся.

### **Регламентирование образовательного и тренировочного процесса**

Режим работы школы составляется с учетом продолжительности пребывания, обучающихся в образовательных организациях, регламентируется единым расписанием учебных занятий. Расписание учебных занятий составляется в соответствии с требованиями СанПиН. Школа работает в режиме полной рабочей недели с 8.00 до 21.00.

- Начало учебного года 1 сентября 2016г.

- Продолжительность учебного года включает в себя:

- 46 учебных недель по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта;

- 36 учебных недель по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта.

В каникулярное летнее время организуются летние площадки, спортивно-оздоровительные лагеря дневного, стационарного типа (при наличии финансирования), самостоятельная работа обучающихся по планам, заданиям тренера-преподавателя.

Учебные занятия проводятся на базах общеобразовательных организаций и организаций спортивной направленности Дзержинского района.

Организация образовательного процесса в ДЮСШ регламентируется:

- дополнительными общеобразовательными общеразвивающими, предпрофессиональными программами в области физической культуры и спорта по культивируемым видам спорта школы;

- учебным планом в соответствии с дополнительными общеобразовательными программами по культивируемым видам спорта;

- годовыми календарными графиками распределения учебных часов по видам спорта в соответствии с дополнительными общеобразовательными программами, годовым учебным планом, годом обучения группы;

- календарным планом спортивно-массовых мероприятий;

- расписанием занятий, определяющим продолжительность и количество тренировочных занятий в неделю.

Учитывая специфические особенности физического и психического развития ребенка, его способностей в различных видах спорта, спортивную подготовку учащихся группы, тренерам-преподавателям разрешено вносить коррективы в учебный план (относительно изменения количества учебного времени, отведенное на изучение предметных областей), но исходя из итогового количества часов (учебно-тренировочного режима) и учитывая процентное соотношение объемов обучения по предметным областям согласно федеральным государственным требованиям (Приказ Минспорта России от 12.09.2013 N730 "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").

Порядок комплектования учебных групп и режим учебно-тренировочной работы установлены в соответствии с нормативно-правовыми основами, регулирующими деятельность спортивных школ и локальным актом ДЮСШ.

### **Наполняемость учебных групп**

Этап подготовки	Период	Минимальная наполняемость группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)
Этап совершенствования спортивного мастерства	Весь период	1	10
Тренировочный (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации	8	12
	Начальной	10	14

	специализации		
Начальной подготовки	Свыше одного года	10	20
	До одного года	10	25
Спортивно-оздоровительный	Весь период	10	30

**Учебно-тренировочный режим  
по дополнительной предпрофессиональной программе  
в области физической культуры и спорта**

Этап подготовки	Год подготовки	Объем подготовки в часах максимальный		Количество учебно-тренировочных занятий в неделю	Продолжительность одного занятия	
		в неделю	в год		в академических часах	в астрономических часах
Начальной подготовки	НП-1	6	276	3	2ч	1ч30мин
	НП-2,3	8	368	4	2ч	1ч30мин
Тренировочный	ТГ-1, 2	12	552	4	3ч	2ч15мин
	ТГ-3, 4, 5	18	828	6	3ч	2ч15мин
Совершенствования спортивного мастерства	ССМ-1,2	24	1104	6	4ч	3часа

**Учебно-тренировочный режим  
по дополнительной общеразвивающей программе  
в области физической культуры и спорта**

Этап подготовки	Объем подготовки в часах максимальный		Количество учебно-тренировочных занятий в неделю	Продолжительность одного занятия	
	в неделю	в год		в академических часах	в астрономических часах
Спортивно-оздоровительный	6	216	3	2ч	1ч30мин

- На период школьных каникул в общеобразовательных организациях занятия с учащимися проводятся по расписанию ДЮСШ утвержденному на начало учебного года, в отдельных случаях, по согласованию с руководителями общеобразовательных организаций, по отдельному расписанию (плану) на период организации спортивно-оздоровительных площадок (лагерей) на базах общеобразовательных организаций.

- Аттестация обучающихся – с 10-31 мая текущего года (текущая в первый месяц начала проведения учебных занятий), для отделения зимних видов спорта (в зависимости от календаря спортивных мероприятий, периодизации спортивной подготовки) контрольно-переводные экзамены переносятся на апрель месяц.

- Сменность занятий – первая с 8 часов, вторая с 13-00 часов в зависимости от расписания учебных занятий обучающихся ДЮСШ в образовательных организациях.

**Характеристика этапов обучения**

*Спортивно - оздоровительный этап*

Учебно - тренировочный процесс осуществляется в спортивно-оздоровительных группах (СОГ). Продолжительность этапа не ограничена. Занятия в СО группах позволяют привлекать в ДЮСШ всех желающих не имеющих медицинских противопоказаний, основная задача спортивно-оздоровительного этапа - привлечение детей и подростков к занятиям, воспитание заинтересованности в систематических занятиях, укрепление здоровья, физического развития и подготовленности, воспитание личностных качеств, повышение уровня развития физических качеств, освоение и совершенствование основ спортивной техники избранного вида спорта в процессе регулярных физкультурно-спортивных занятий.

### *Этап начальной подготовки*

Учебно - тренировочный процесс происходит в группах начальной подготовки (ГНП). Задачами данного этапа являются: отбор детей и подростков, не имеющих медицинских противопоказаний, для систематических занятий спортом, с учетом возраста и выявления задатков и способностей детей. На этапе начальной подготовки осуществляется образовательная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, формирование стойкого интереса к занятиям, воспитание специальных способностей для избранного вида спорта (гибкости, быстроты, ловкости и пр.), обучение основным приемам техники, тактики выбранного вида спорта, привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами, выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап. Этап начальной подготовки характеризуется постепенным наращиванием объема и интенсивности физических нагрузок, воспитанием черт спортивного характера.

### *Тренировочный этап*

Учебно - тренировочный процесс происходит в тренировочных группах (ТГ). Формирование учебных групп осуществляется из практически здоровых учащихся, не имеющих медицинских противопоказаний, прошедших предварительную подготовку не менее 1 года и выполнивших нормативы по ОФП и СФП. Характерным для данного этапа является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок. Целенаправленно осуществляется работа по повышению общей физической подготовленности, совершенствованию специальной физической подготовленности, всеми приемами техники и тактики избранного вида спорта, индивидуализация подготовки. Приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях.

### *Этап совершенствования спортивного мастерства*

Учебно - тренировочный процесс происходит в группах совершенствования спортивного мастерства (ГССМ). Формирование учебных групп осуществляется из учащихся, не имеющих медицинских противопоказаний, прошедших необходимую многолетнюю подготовку для данного вида спорта, выполнивших нормативы не менее 1 взрослого разряда по виду спорта. На данном этапе происходит повышение общей физической и специальной подготовленности до уровня требований высших разрядов, достижение высокой технической, тактической подготовленности на основе индивидуализации мастерства, достижение стабильности в соревновательной обстановке. Выход на уровень высшего спортивного мастерства.

### **Реализуемы дополнительные общеобразовательные программы**

Наименование дополнительной общеобразовательной программы	Нормативный срок освоения	Языки образования	Финансирование
<b>Дополнительные предпрофессиональные программы</b>			
Баскетбол	8	русский	бюджетное
Бокс	8	русский	бюджетное
Борьба вольная	8	русский	бюджетное
Волейбол	8	русский	бюджетное
Велоспорт	8	русский	бюджетное
Легкая атлетика	8	русский	бюджетное
Полиатлон	10	русский	бюджетное
Футбол	8	русский	бюджетное
Шашки	8	русский	бюджетное
Шахматы	8	русский	бюджетное
<b>Дополнительные общеразвивающие программы</b>		русский	бюджетное
Баскетбол	1	русский	бюджетное
Бокс	1	русский	бюджетное
Борьба вольная	1	русский	бюджетное
Волейбол	1	русский	бюджетное

Гиревой спорт	1	русский	бюджетное
Лыжные гонки	1	русский	бюджетное
Настольный теннис	1	русский	бюджетное
Футбол	1	русский	бюджетное

### Учебные планы-графики ДЮСШ по видам спорта

Учебный план отражает:

- Целостную систему многолетней спортивной подготовки через реализацию общеобразовательных программ.
- Поэтапность обучения в школе обучающихся.

#### *.Структура учебного плана*

Детско - юношеская спортивная школа, являясь частью системы общего и дополнительного образования, организует образовательную и тренировочную деятельность.

Учебный план отражает организацию образовательной и тренировочной деятельности по дополнительным общеразвивающим и предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта по культивируемым видам спорта в школе.

В соответствии с моделью образовательной деятельности школы, учебный план имеет два-три этапа и рассчитан на 8-10 лет обучения в зависимости от вида спорта. Каждый этап является учебно-тренировочным процессом, позволяющим обучающимся освоить его в определенной последовательности:

Учебный план по видам спорта охватывает следующий круг нормативов:

- вид спорта;
- спортивно – оздоровительный этап (СОЭ);
- этап начальной подготовки (ЭНП);
- тренировочный этап (ТЭ);
- этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ);
- недельное максимальное количество учебных часов на реализацию общеобразовательных программ по каждому году обучения.
- количество часов: за 46 учебных недель по дополнительной предпрофессиональной программе и 36 учебных недель по дополнительным общеразвивающим программам только для спортивно-оздоровительных групп.

В учебном плане отражены основные задачи и направленность работы по этапам многолетней подготовки обучающихся. Учебный план разработан с учётом:

- строгой преемственности задач, средств и методов тренировки спортсменов различного возраста;
- неуклонного возрастания объёма средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постоянно изменяется;
- постоянного роста объёма и интенсивности тренировочных нагрузок (в большей степени за счёт объёма и в меньшей за счёт интенсивности);
- одновременного развития физических качеств спортсмена на всех этапах многолетней тренировки при преимущественном развитии отдельных физических качеств в наиболее благоприятные периоды.

#### *Учебные планы-графики по видам спорта*

#### **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО БАСКЕТБОЛУ**

Разделы подготовки	гнп			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1.Теоретическая подготовка	27	36	36	55	55	82	82	82
2.Общая физическая подготовка	55	74	74	83	83	124	100	100
3.Специальная физическая подготовка	55	74	74	110	110	149	100	100
4.Избранный вид спорта	139	184	184	304	304	473	546	546

Технико-тактическая подготовка	135	176	170	280	278	445	510	510
Интегральная подготовка	-	4	4	6	6	6	6	6
Инструкторская и судейская практика	-	-	6	10	10	12	14	14
Восстановительные мероприятия	-	-	-	4	6	6	10	10
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	6	6
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы/дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Минимальный возраст для зачисления, лет	8	8	9-10	11	12-13	14	15	16
Требования по спортивной подготовке	Выполнение нормативов по физической и технической подготовке		Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, 2ю. разряд		Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, ИП 1ю.р. или 2вз.разряд		Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, ИП 1 разряд	

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА ПО БОКСУ

Разделы подготовки	ГНП			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1. Теоретическая подготовка	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>41</b>	<b>41</b>	<b>41</b>
2. Общая физическая, специальная физическая подготовка	<b>69</b>	<b>92</b>	<b>92</b>	<b>138</b>	<b>138</b>	<b>207</b>	<b>207</b>	<b>207</b>
3. Избранный вид спорта:	<b>124</b>	<b>166</b>	<b>166</b>	<b>248</b>	<b>248</b>	<b>373</b>	<b>373</b>	<b>373</b>
Техника, тактика, приемы, методика бокса	116	154	152	222	220	291	281	281
Соревновательная подготовка	4	8	10	12	12	38	38	38
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	4	6	20	20	20
Восстановительные средства и мероприятия	-	-	-	6	6	20	30	30
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	4	4
4. Другие виды спорта и подвижные игры	<b>28</b>	<b>37</b>	<b>37</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>83</b>
5. Технико-тактическая подготовка, психологическая подготовка	<b>41</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	<b>124</b>
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы/дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Минимальный возраст для зачисления, лет	9	10	11	13	14	15	16	16

Требования по спортивной подготовке	Выполнение этапных нормативов	Выполнение этапных нормативов, юношеские разряды
-------------------------------------	-------------------------------	--

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ВОЛЕЙБОЛУ**

Разделы подготовки	ГНП			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1. Теоретическая подготовка	27	36	36	55	55	82	82	82
2. Общая физическая подготовка	55	74	74	83	83	124	100	100
3. Специальная физическая подготовка	55	74	74	110	110	149	100	100
4. Избранный вид спорта	139	184	184	304	304	473	546	546
Технико-тактическая подготовка	135	176	170	280	278	445	510	510
Интегральная подготовка	-	4	4	6	6	6	6	6
Инструкторская и судейская практика	-	-	6	10	10	12	14	14
Восстановительные мероприятия	-	-	-	4	6	6	10	10
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	6	6
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	276	368	368	552	552	828	828	828
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы/дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Минимальный возраст для зачисления, лет	8	8	9-10	11	12-13	14	15	16
Требования по спортивной подготовке	Выполнение нормативов по физической и технической подготовке			Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, 2ю. разряд	Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, ИП 1ю.р.	Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, ИП 3-2		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ**

Разделы подготовки	ГНП			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1. Теоретическая подготовка	14	18	18	28	28	41	41	41
2. Общая физическая, специальная физическая подготовка	69	92	92	138	138	207	207	207
3. Избранный вид спорта:	124	166	166	248	248	373	373	373
Теория и методика вольной борьбы	116	154	152	222	220	337	331	331
Соревновательная подготовка	4	8	10	12	12	18	18	18
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	4	6	6	10	10

Восстановительные средства и мероприятия	-	-	-	6	6	8	10	10
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	4	4
4. Другие виды спорта и подвижные игры	<b>28</b>	<b>37</b>	<b>37</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>83</b>
5. Техничко-тактическая подготовка, психологическая подготовка	<b>41</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	<b>124</b>
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы/дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Минимальный возраст для зачисления, лет	9	10	11	13	14	15	16	16
Требования по спортивной подготовке	Выполнение этапных нормативов			Выполнение этапных нормативов, юношеские разряды				

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ВЕЛОСПОРТУ**

Разделы подготовки	ГНП			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1. Теоретическая подготовка	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>42</b>	<b>42</b>	<b>42</b>
2. Общая физическая, специальная физическая подготовка	<b>96</b>	<b>110</b>	<b>110</b>	<b>192</b>	<b>192</b>	<b>248</b>	<b>248</b>	<b>248</b>
3. Избранный вид спорта:	<b>138</b>	<b>203</b>	<b>203</b>	<b>276</b>	<b>276</b>	<b>455</b>	<b>455</b>	<b>455</b>
Техничко-тактическая подготовка	134	199	199	227	227	389	391	391
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	15	15	32	20	20
Восстановительные мероприятия	-	-	-	30	30	30	40	40
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	4	4
4. Игры и другие виды спорта	<b>28</b>	<b>37</b>	<b>37</b>	<b>56</b>	<b>56</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>83</b>
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы,/дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Минимальный возраст для зачисления, лет	10	10	11	12	13	14	15	16
Требования по спортивной подготовке на конец учебного года	Выполнение этапных нормативов			Выполнение этапных нормативов юношеские разряды	Выполнение этапных нормативов в 1ю.р., 3-2вз.р.	Выполнение нормативов 1ю.р., 1вз.р.		

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ**

Разделы подготовки	ГНП			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1. Теоретическая подготовка	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>42</b>	<b>42</b>	<b>42</b>
2. Общая физическая, специальная физическая подготовка	<b>96</b>	<b>110</b>	<b>110</b>	<b>192</b>	<b>192</b>	<b>248</b>	<b>248</b>	<b>248</b>
3. Избранный вид спорта:	<b>138</b>	<b>203</b>	<b>203</b>	<b>276</b>	<b>276</b>	<b>455</b>	<b>455</b>	<b>455</b>
Техничко-тактическая подготовка	134	199	199	264	242	401	389	389

Инструкторская и судейская практика	-	-	-	8	10	20	20	20
Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	20	30	40	40
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	6	6
<b>4.Игры и другие виды спорта</b>	<b>28</b>	<b>37</b>	<b>37</b>	<b>56</b>	<b>56</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>83</b>
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы, дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Минимальный возраст для зачисления, лет	9	10	11	12	13	14	15	16
Требования по спортивной подготовке на конец учебного года	Выполнение этапных нормативов			Выполнение этапных нормативов юношеские разряды		Выполнение этапных нормативов в 1ю.р., 3-2вз.р.		Выполнение нормативов 1ю.р., 1вз.р.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ФУТБОЛУ**

Разделы подготовки	гнп			тг				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1.Теоретическая подготовка	<b>27</b>	<b>36</b>	<b>36</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>82</b>	<b>82</b>	<b>82</b>
2.Общая физическая подготовка	<b>55</b>	<b>74</b>	<b>74</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>124</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
3.Специальная физическая подготовка	<b>55</b>	<b>74</b>	<b>74</b>	<b>110</b>	<b>110</b>	<b>149</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
4.Избранный вид спорта	<b>139</b>	<b>184</b>	<b>184</b>	<b>304</b>	<b>304</b>	<b>473</b>	<b>546</b>	<b>546</b>
Технико-тактическая подготовка	135	176	170	280	278	445	510	510
Интегральная подготовка	-	4	4	6	6	6	6	6
Инструкторская и судейская практика	-	-	6	10	10	12	14	14
Восстановительные мероприятия	-	-	-	4	6	6	10	10
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	6	6
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы, дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Минимальный возраст для зачисления, лет	8	8	9-10	11	12-13	14	15	16
Требования по спортивной подготовке	Выполнение нормативов по физической и технической подготовке			Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, 2ю. разряд		Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, ИП 1ю.р.		Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, ИП 3-2

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ШАШКАМ**



Разделы подготовки	ГНП			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1.Теоретическая подготовка	<b>41</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	<b>124</b>
2.Общая физическая, Специальная физическая подготовка	<b>55</b>	<b>74</b>	<b>74</b>	<b>110</b>	<b>110</b>	<b>166</b>	<b>166</b>	<b>166</b>
3.Избранный вид спорта:	<b>139</b>	<b>184</b>	<b>184</b>	<b>276</b>	<b>276</b>	<b>414</b>	<b>414</b>	<b>414</b>
Тактика, стратегия, эндшпиль, дебют	115	150	140	192	192	273	248	248
Сеансы одновременной игры, консультационные партии	20	30	40	60	60	80	100	100
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	10	10	27	20	20
Восстановительные мероприятия	-	-	-	10	10	30	40	40
Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	6	6
4.Развитие творческого мышления	<b>41</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	<b>124</b>
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы, дни	14	14	14	14	14	14	14	14
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Минимальный, возраст для зачисления, лет	7	7	8	8	10	10	10	10
Требования по спортивной подготовке	Выполнение контрольных нормативов			Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, юношеские разряды, Звзрослого разряда				

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ПО ШАХМАТАМ**

Разделы подготовки	ГНП			ТГ				
	1	2	3	1	2	3	4	5
1.Теоретическая подготовка	<b>41</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	<b>124</b>
2.Общая физическая, Специальная физическая подготовка	<b>55</b>	<b>74</b>	<b>74</b>	<b>110</b>	<b>110</b>	<b>166</b>	<b>166</b>	<b>166</b>
3.Избранный вид спорта:	<b>139</b>	<b>184</b>	<b>184</b>	<b>276</b>	<b>276</b>	<b>414</b>	<b>414</b>	<b>414</b>
Тактика, стратегия, эндшпиль, дебют	115	150	140	192	192	273	248	248
Сеансы одновременной игры, консультационные партии	20	30	40	60	60	80	100	100
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	10	10	27	20	20
Восстановительные мероприятия	-	-	-	10	10	30	40	40

Контрольные испытания	4	4	4	4	4	4	6	6
4. Развитие творческого мышления	<b>41</b>	<b>55</b>	<b>55</b>	<b>83</b>	<b>83</b>	<b>124</b>	<b>124</b>	<b>124</b>
Соревнования	Согласно календаря соревнований							
Общее количество часов	<b>276</b>	<b>368</b>	<b>368</b>	<b>552</b>	<b>552</b>	<b>828</b>	<b>828</b>	<b>828</b>
Самостоятельная работа	3	5	5	7	7	10	20	20
Учебно-тренировочные сборы, .....	14	14	14	14	14	14	14	14
Максимальное количество учебных часов	6	8	8	12	12	18	18	18
Минимальный, возраст для зачисления, лет	7	7	8	8	10	10	10	10
Требования по спортивной подготовке	Выполнение контрольных нормативов			Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП, юношеские разряды, Взрослого разряда				

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО БАСКЕТБОЛУ

Разделы подготовки	СОГ
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая подготовка	120
Специальная физическая подготовка	38
Технико-тактическая подготовка	48
Интегральная подготовка	-
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	<b>216</b>
Максимальное количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления, лет	8
Требования по спортивной подготовленности	Выполнение нормативов ОФП

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО БОКСУ

Разделы подготовки	СОГ
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая	129
Специальная физическая подготовка	38
Технико-тактическая подготовка	39
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	216
Максимальное количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления, лет	9
Требования по спортивной подготовке	Выполнение нормативов ОФП

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ВОЛЬНОЙ БОРЬБЕ

Разделы подготовки	СОГ
--------------------	-----

Теоретическая подготовка	10
Общая физическая подготовка	90
Специальная физическая подготовка	34
Технико-тактическая подготовка	80
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	216
Максимальное количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления, /лет	9
Требования по спортивной подготовке	Выполнение нормативов ОФП

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ВОЛЕЙБОЛУ

Разделы подготовки	СОГ
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая подготовка	100
Специальная физическая подготовка	43
Технико-тактическая подготовка	63
Интегральная подготовка	-
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	<b>216</b>
Количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления	8
Требования по спортивной подготовленности	Выполнение нормативов ОФП

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ГИРЕВОМУ СПОРТУ

Разделы подготовки	СОГ
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая подготовка	146
Специальная физическая подготовка	25
Технико-тактическая подготовка	35
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	<b>216</b>
Максимальное количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления	10
Требования по спортивной подготовке	Выполнение нормативов ОФП

#### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

Разделы подготовки	СОГ
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая подготовка	130
Специальная физическая подготовка	46
Техническая подготовка	30
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	<b>216</b>
Максимальное количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления	8

Требования по спортивной подготовке	Выполнение нормативов ОФП
-------------------------------------	---------------------------

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ

Разделы подготовки	СОГ
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая подготовка	90
Специальная физическая подготовка	46
Технико-тактическая подготовка	70
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	<b>216</b>
Максимальное количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления, лет	7
Требования по спортивной подготовленности	Выполнение нормативов ОФП

### ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ФУТБОЛУ

Разделы подготовки	СОГ
Теоретическая подготовка	8
Общая физическая подготовка	120
Специальная физическая подготовка	38
Технико-тактическая подготовка	48
Контрольные испытания	2
Общее количество часов	<b>216</b>
Максимальное количество учебных часов	6
Минимальный возраст для зачисления	8
Требования по спортивной подготовленности	Выполнение нормативов ОФП

**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. Тактическая подготовка.** В спортивных играх и единоборствах, где существует непосредственный контакт между соперниками, тактическое мастерство имеет решающее значение для победы. Умение спортсмена выделять в поступающей информации принципиально важные моменты позволяет ему успешно прогнозировать дальнейшее развитие событий и тем самым находить правильные тактические решения. Особенностью тактики является ее индивидуальный, групповой или командный характер, определяемый видом спорта, спортивной дисциплиной и особенностями соревнований.
- 4. 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.
- 5. Психологическая подготовка** предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.

6. **Инструкторско-судейская практика.** Одной из задач ДЮСШ является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на УТ этапе и продолжается на последующих этапах подготовки. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.
7. **Контрольные испытания (промежуточная, итоговая аттестация)** проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится тестирование и заносится в протокол.
8. **Соревнования.** Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
9. **Восстановительные мероприятия** используются для восстановления работоспособности учащихся ДЮСШ. Используется широкий круг средств и мероприятий педагогических, гигиенических и психологических с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей спортсмена.
10. **Медицинское обследование.** Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

### **Программно – методическое обеспечение общеобразовательных программ**

В содержании общеобразовательных программ представлены задачи работы в группах по видам спорта и этапам обучения, содержание материала по основным компонентам: технической, тактической, физической, теоретической, интегральной, психологической, морально-волевой подготовке, а также по инструкторской и судейской практике; раскрыто содержание восстановительно-реабилитационных мероприятий, нормативные требования (промежуточная аттестация).

В программах отражены цели и основные задачи, которые реализуются в ходе их освоения, предполагаются конечный результат и условия работы, раскрываются механизмы достижения результатов по развитию физически сильных личностей; показывается взаимодействие обучающей, развивающей и воспитывающей части программ; закладываются пути сотрудничества творца-тренера и воспитанника.

Кроме того, в программы могут быть внесены коррективы с учётом интересов и творческих способностей детей.

### **Внешкольная деятельность**

Внешкольная деятельность включает в себя мероприятия, способствующие:

- Организации досуга учащихся ДЮСШ, повышению их культурного уровня;
- Приобретению знаний и умений по широкому кругу интересов, воспитанию любви к родному краю, Родине.

Формы организации деятельности:

- Спортивные праздники, соревнования, матчевые встречи
- Учебно-тренировочные сборы
- Экскурсии
- Профильные спортивно-оздоровительные и выездные лагеря
- Спортивные вечера
- Оформление стендов, газет, молний
- Информация о работе, и выступлениях на соревнованиях в СМИ
- Создание презентаций, публикаций
- Спортивные пробеги, посвященные памятным датам

### **Профориентационная деятельность**

Этот вид деятельности направлен на расширение знаний об избранном виде спорта, поступление в СУЗы, ВУЗы физкультурно – спортивной направленности.

- Встречи с выпускниками школы, ветеранами спорта
- Участие в школьных, районных физкультурных активах
- Встречи с чемпионами области, олимпийскими чемпионами, ветеранами спорта
- Судейские семинары

- Просмотр видеофильмов
- Беседы

### Работа с родителями

Работа школы с родителями включает в себя привлечение родителей к участию в проведении различных форм деятельности школы:

- Родительские собрания
- Консультации
- Посвящение в спортсмены

### Охрана жизни и здоровья учащихся

Деятельность по охране жизни и здоровья учащихся является из основных видов деятельности, так как обеспечивает возможность высокоэффективного образовательного процесса и направлена на укрепление здоровья и достижения поставленных жизненных задач. Формы организации деятельности:

- Санитарно-просветительская работа;
- Врачебно-педагогический контроль;
- Медицинский контроль;
- Беседы по технике безопасности при проведении учебных занятий по видам спорта;
- Оказание первой доврачебной помощи;
- Личная гигиена;
- Правила самоконтроля;
- Правила поведения в общественных местах; добавить

### Педагогический контроль

В каждой общеобразовательной программе по видам спорта определены формы и методы педагогического контроля образовательного процесса:

- Определение уровня физической подготовленности учащихся (аттестация обучающихся);
- Динамика роста спортивных результатов;
- Определение физического состояния и здоровья учащихся

### Воспитательный процесс

Учебный процесс в школе тесно переплетается с воспитательным процессом. Воспитание понимается как процесс совместной выработки ценностей, норм, задач социальной деятельности через сотрудничество и сотворчество. Главная воспитательная задача школы - увлечь, и максимально поддержать ребенка в определении его интересов, ценностей, смыслов, целей, возможностей, чтобы он смог самостоятельно выбирать пути преодоления жизненных препятствий (проблем), сохраняя человеческое достоинство, одаривая других своими талантами и идеями.

#### Направления и формы воспитательного процесса

Направления	Формы
<b>Культурно - досуговая деятельность</b>	Конкурсы, фестивали, выставки, концерты, экскурсии, досуговые мероприятия и культурно-просветительские программы
<b>Оздоровительная деятельность</b>	Спортивные мероприятия. Недели здоровья. Соревнования, матчевые встречи, турниры
<b>Социально-продуктивная деятельность</b>	Социально-значимые проекты
<b>Работа с родителями</b>	Индивидуальные консультации. Открытые занятия. Совместные экскурсии, походы. Семейные праздники и выставки. Показательные выступления для родителей. Семинары, круглые столы, конференции, родительские собрания.
<b>Работа со школами</b>	Организация творческих мастерских, круглых столов, семинаров. Районные конкурсы, соревнования, выставки.

## **Психолого-педагогическое обеспечение образовательной программы**

Добровольно включаясь в образовательный процесс дополнительного образования, ребенок и родители доверяют тренерам-преподавателям, педагогам свое свободное время, надеясь на удовлетворение потребностей развивающейся личности.

Для достижения ожидаемого результата в ДЮСШ создаются условия, образовательная среда, где ребенок должен чувствовать себя комфортно.

Главная цель психолого-педагогического обеспечения реализации образовательной программы - помощь детям в их личностном позитивном самоопределении и самореализации.

Данная цель подразумевает усвоение культурного контекста, в котором проходит обучение и воспитание; осознание своего места в группе, в коллективе школы, осознание своих ценностей, целей и путей их достижения, изучение своих способностей, способов их развития до уровня личностного новообразования.

Психологическая направляющая образовательной программы выполняет функции диагностики, динамики развития личности ребёнка и определения результатов (промежуточных и конечных), прохождения образовательного пути через проведение индивидуальных консультаций, собеседования, специального тестирования по поддержке и стимулированию развития творческих, исследовательских способностей учащихся, их профессиональных ориентаций, обеспечения оптимальных эмоционально-психологических условий, освоение детьми разного возраста социально-культурных ценностей, тестирования и последующего выбора эффективных способов воздействия на ценностные ориентации, поведенческие установки, мотивы и притязания тех детей и подростков, которые пришли в ДЮСШ.

Образовательно-воспитательная система учреждения должна быть построена на следующих стратегически важных принципах (приоритетных идеях):

1. Признание неотъемлемого права ребёнка на свободное самоопределение и самореализацию. В центре образовательного процесса должны находиться не образовательные программы, а сами дети, как высшая цель и смысл педагогической деятельности.

2. Утверждение гармонического единства процессов индивидуализации и социализации обучения и воспитания как двух подсистем целостного образования. Дополнительное образование должно развивать в детях чувство свободы и чувство морального долга, личностную и гражданскую сущность, творческое ответственное отношение к делу.

3. Создание социокультурной среды для максимально свободной реализации природных задатков ребёнка, для развития его интегральной индивидуальности.

4. Развитие региональной системы дополнительного образования как открытой социально-воспитательной системы. Эта открытость предполагает не только большое влияние со стороны окружающего социума на образовательный процесс, но и учёт национально-региональных особенностей, координацию и объединение образовательно - воспитательных усилий на межведомственной основе, различных учреждений, науки, практики и т.п.

Вместе с тем, в психологическом обеспечении нуждаются педагогические работники, реализующие общеобразовательные программы, отрабатывающие эффективные образовательные технологии и методики.

Для успешной реализации всей образовательной деятельности ДЮСШ не менее актуальна система по консультированию родителей.

Атмосфера доброжелательности и взаимоуважения, авторитетности тренеров-преподавателей, преподавателей физической культуры, преобладание положительной оценки деятельности, создание успеха, приобретает особое значение в условиях личностно-ориентированной педагогики.

При отсутствии психологической службы в школе, эти задачи возлагаются на педагогический коллектив, на конкретно тренера-преподавателя.

## **Показатели реализации образовательной программы**

Качество и результативность предоставляемых образовательных услуг может осуществляться по следующим качественным и количественным показателям в соответствии с этапами подготовки:

***Спортивно-оздоровительный этап***

**Задача:** Расширение двигательных возможностей и компенсация дефицита двигательной активности.

*Основными показателями результативности учебно-тренировочного процесса на данном этапе являются:*

1. Стабильность состава занимающихся, посещаемость ими тренировочных занятий – 50-70% от общего числа обучающихся.
2. Положительная динамика индивидуальных показателей развития физических качеств занимающихся.
3. Уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.
4. Сохранение минимальной наполняемости групп обучающихся в конце учебного года или спортивно-оздоровительного цикла – не менее 15 человек.
5. Сохранение контингента обучающихся – не менее 90% от общего числа.
6. выполнение контрольно-переводных нормативов – не менее 95% от объема программы.
7. Ежегодное проведение с обучающимися спортивно-оздоровительных мероприятий – не менее 10% от общего числа.

#### **Этап начальной подготовки**

**Задачи:** 1. Привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности.

2. Утверждение здорового образа жизни.
3. Воспитание физических, морально-этических и волевых качеств.
4. Базовая подготовка и определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации.

*Основными показателями результативности учебно-тренировочного процесса на данном этапе являются:*

1. Стабильность состава обучающихся, посещаемость ими тренировочных занятий – не менее 70% от общего числа обучающихся.
  2. Позитивная динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности занимающихся.
  3. Уровень освоения основ техники видов спорта, навыков гигиены и самоконтроля – не менее 75% от объема программы.
  4. Сохранение наполняемости групп обучающихся в конце учебного года или спортивно-оздоровительного цикла.
  5. Сохранение контингента обучающихся – не менее 80% от общего числа.
- Освоение объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программами по видам спорта – не менее 75% от объема программы.
6. Выполнение контрольно-переводных нормативов – не менее 95% от объема программы.
  7. Выполнение нормативов массовых спортивных разрядов – не менее 30% обучающихся.
  8. Ежегодное проведение с обучающимися спортивно-оздоровительных мероприятий – не менее 15% от общего числа.

#### **Тренировочный этап**

**Задачи:** 1. Улучшение здоровья, включая физическое развитие.

2. Повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программ по видам спорта.
3. Профилактика вредных привычек и правонарушений.
4. специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорте.

*Основными показателями результативности учебно-тренировочного процесса на данном этапе являются:*

1. Состояние здоровья, уровень физического развития занимающихся.
2. Динамика уровня подготовленности в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся.
3. Освоение объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программами по видам спорта – не менее 75% от объема программы.
4. Сохранение минимальной наполняемости групп обучающихся в конце учебного года или спортивно-оздоровительного цикла.
5. Выполнение контрольно-переводных нормативов – не менее 95% обучающихся.
6. Выполнение нормативов массовых спортивных разрядов – не менее 90% обучающихся.
7. Стабильность состава занимающихся, посещаемость ими тренировочных занятий – 80% от общего числа обучающихся.
8. Сохранение контингента обучающихся – не менее 85% от общего числа.



9. Уровень освоения основ техники видов спорта, навыков гигиены и самоконтроля – не менее 75 % от объема программы.

10. Проведение с обучающимися учебно-тренировочных сборов – не менее 1 сбора.

11. Ежегодное проведение с обучающимися спортивно-оздоровительных мероприятий – не менее 30% от общего числа.

### ***Этап совершенствования спортивного мастерства***

**Задача: 1.** Привлечение к специализированной спортивной подготовке оптимального числа перспективных спортсменов для достижения ими высоких стабильных результатов, позволяющих войти в состав сборных команд России, а также реализация индивидуальных возможностей.

*Основными показателями результативности учебно-тренировочного процесса на данном этапе являются:*

1. Уровень физического развития и функционального состояния обучающихся.

2. Выполнение спортсменами объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, предусмотренных индивидуальным планом подготовки – не менее 95% от объема нагрузок.

3. Позитивная динамика спортивно-технических показателей.

4. Результаты выступлений во всероссийских соревнованиях – не менее 1-20 места.

5. Зачисление воспитанников спортивной школы в училища олимпийского резерва и школы высшего спортивного мастерства.

6. Сохранение минимальной наполняемости групп обучающихся в конце учебного года или спортивно-оздоровительного цикла – не менее 2 человек.

7. Проведение с обучающимися не менее 2 учебно-тренировочных сбора в течение учебного года.

8. Стабильность состава занимающихся, посещаемость ими тренировочных занятий – 90% от общего числа обучающихся.

9. Сохранение контингента обучающихся – не менее 90% от общего числа.

10. Уровень освоения основ техники видов спорта, навыков гигиены и самоконтроля – не менее 95% от объема программы.

11. Выполнение контрольно-переводных нормативов – не менее 95% от объема программы.

12. Число спортсменов, подготовленных и включенных в основной и резервный составы сборных команд России – не менее 30% от общего числа.

13. ежегодное проведение с обучающимися спортивно-оздоровительных мероприятий – не менее 50% от общего числа.

### ***Общие показатели результативности образовательной деятельности:***

- доля школьников района, привлеченных для занятий в ДЮСШ от общей численности обучающихся всех школ;

- доля спортсменов-разрядников от общей численности обучающихся спортивной школы:

- массовые разряды;

- взрослые разряды;

- КМС и МС;

- доля обучающихся участвующих в соревнованиях:

- регионального уровня;

- всероссийского уровня;

- уровень профессионализма кадров;

- уровень развитие материально-технической базы

Исходя из показателей, мы будем говорить о прогрессивном развитии школы в том случае, если:

- имеется рост удовлетворенности всех субъектов спортивной школы (обучающихся, тренеров-преподавателей, администрации, обслуживающего персонала, социальных партнеров школы, родителей обучающихся);

- качественно повышаются образовательные результаты обучающихся школы (по самым различным показателям);

- осуществляется рост профессиональной компетентности кадрового состава.