ПРИНЯТО:
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 28.08.20.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО г.Астрахани «ДЮСШ «Пилигрим»
_____ Л.А.Шарова

Учебный план
Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа «Пилигрим»
на 2020 – 2021 учебный год

1. Общие положения

Учебный план МБУ ДО г.Астрахани «ДЮСШ «Пилигрим» разработан в соответствии с нормативными документами:

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

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации от 04.12.2007г. № 329-ФЗ;

Закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» № 52-93 от 30.03.1999 года.

Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, утвержденного Постановлением федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека № 41 от 4 июля 2014 г. (СанПин 2.4.4.3172-14);

Письмо Минспорта РФ от 12.05.2014 года № ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;

Приказ Минспорта РФ от 15.11.2018 года № 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».

Приказ Минспорта Российской Федерации от 12.09.2013 года № 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2013 года № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Минспорта России от 16.08.2013 года № 645 «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку».

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт, утверждённый приказом Минспорта России от 26.12.2014 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта танцевальный спорт»

2. Особенности учебного плана

Дополнительное образование обеспечивает освоение учащимися общеобразовательных программ по физической культуре и спорту, условия становления и формирования личности учащегося, его склонностей, интересов и способности к социальному самоопределению.

Учебный план на 2018-2019 учебный год складывается из трёх, преемственно связанных между собой этапов спортивной подготовки:

Учебный план складывается из этапов подготовки, преемственно связанных 6 - между собой, этапов:

спортивно-оздоровительный (**СО**) – от 1 до 3 лет,

этап начальной подготовки (**НП**) – 2-3 года (базовый уровень сложности),

тренировочный этап (**Т**) - 5 лет:

этап совершенствования спортивного мастерства (**ССМ**) – до 4-х лет.

3. Основные задачи этапов обучения:

Спортивно-оздоровительный этап (СО):

- укрепление здоровья детей;
- разносторонняя физическая подготовка;
- устранение недостатков в физическом развитии;
- обучение основам техники, индивидуальной и групповой тактики.

Учебный план каждого этапа обучения **определяет**:

объём учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка)

содержание форм промежуточной аттестации: сдача приемных, контрольных и переводных тестов.

Этап начальной подготовки (базовый уровень сложности):

формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

формирование широкого круга двигательных умений и навыков, гармоничное развитие физических качеств;

повышение уровня общей физической и специальной физической подготовки;

освоение основ техники и тактики по виду спорта «танцевальный спорт»;

приобретение опыта участия в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года подготовки;

общие знания об антидопинговых правилах;

укрепление здоровья;

отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки.

Тренировочный этап (Т):

формирование устойчивого интереса и спортивной мотивации к занятиям видом спорта «танцевальный спорт»;

повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;

формирование физических качеств с учетом возраста и уровня влияния физических качеств на результативность;

соблюдение режима тренировочных занятий и периодов отдыха, режима восстановления и питания;

Овладение навыками самоконтроля;

Приобретение опыта регулярного участия в официальных спортивных соревнованиях на первом – втором годах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) спортивной подготовки;

достижение стабильности результатов участия в официальных спортивных соревнованиях на третьем – пятом годах тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) спортивной подготовки;

овладение основами теоретических знаний о виде спорта «танцевальный спорт»;

знание антидопинговых правил;

укрепление здоровья.

Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ):

формирование мотивации на совершенствовании спортивного мастерства и достижение высоких спортивных результатов;

повышение уровня обшей физической и специальной физической, тактической, теоретической и психологической подготовки;

повышение функциональных возможностей организма;

формирование навыка профессионального подхода к соблюдению режима тренировочных занятий 9включая самостоятельную подготовку), спортивных мероприятий и периодов отдыха, режима восстановления и питания, ведения дневника самонаблюдения, в том числе с использованием дистанционных технологий, а так же требований мер безопасности;

выполнение плана индивидуальной подготовки;

стабильность демонстрации высоких спортивных результатов в официальных спортивных соревнованиях;

приобретение опыта спортивного судьи по виду спорта «танцевальный спорт»;

знание антидопинговых правил;

сохранение здоровья.

Наполняемость **учебного плана** определена составом учебных разделов, обеспечивающих реализацию основной образовательной программы.

Часы учебного плана обеспечивают индивидуальный характер развития учащихся с учетом их личностных особенностей, профессиональных интересов и склонностей и распределены следующим образом:

групповые тренировочные занятия;

теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- и видеозаписей, просмотра соревнований);

занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря; учебно-тренировочного сбора;

работа по индивидуальным планам (этап совершенствования спортивного мастерства);

медико-восстановительные мероприятия;

культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах;

тестирование и медицинский контроль;

участие в соревнованиях, турнирах;

инструкторская и судейская практика;

спортивно-оздоровительная работа.

В результате изучения разнообразных разделов каждый учащийся спортивной школы сможет соотнести свои интересы и способности с предстоящей работой по избираемому профилю.

Учебный год в МБУ ДО г.Астрахани «ДЮСШ «Пилигрим» начинается 1 сентября.

Тренировочные занятия проводятся:

- по дополнительным предпрофессиональным программам, разработанными в МБУ ДО г.Астрахани «ДЮСШ «Пилигрим», учебному плану, рассчитанному на 46 недель тренировочных занятий;
- по дополнительным общеразвивающим программам, разработанными в МБУ ДО г.Астрахани «ДЮСШ «Пилигрим», учебному плану, рассчитанному на 36 недель тренировочных занятий;
- по программам спортивной подготовки, разработанными в МБУ ДО г.Астрахани «ДЮСШ «Пилигрим» на основании ФССП по видам спорта, учебному плану, рассчитанному на 52 недели тренировочных занятий.

Продолжительность одного тренировочного занятия в день:

- на этапе спортивно-оздоровительном и начальной подготовки – до 2 академических часов;
- на этапе тренировочном – до 3 академических часов;

- на этапе совершенствования спортивного мастерства
– до 4 академических часов.
1 академический час равен 45 минутам.

Основными формами работы детско-юношеской школы являются:
- тренировочные занятия (групповые);
- тренировочные занятия на учебно- тренировочных сборах;
- участие в спортивных соревнованиях;
- теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия.

4. Учебный план ДЮСШ «Пилигрим» на 2020 – 2021 учебный год

Танцевальный спорт	Этап обучнения								
	Спортивно-оздоровительный	Начальной подготовки		Тренировочный				Совершенствования спортивного мастерства	Всего
	СО	НП-1	НП-2	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4	ССМ	
Количество групп	25	5	5	2	1	2	-	1	42
Количество обучающихся	563	80	80	30	16	28	-	6	811
Количество часов в неделю	25	30	30	24	12	36	-	24	181
Количество часов в год	900	1380	1380	1248	624	936	-	1248	7716

Тренировочные занятия с учащимися:
- общеобразовательных школ, гимназий, лицеев в возрасте до 16 лет проводятся с 8.00 часов до 20.00 часов.
- общеобразовательных школ, средних специальных и высших учебных заведений в возрасте от 16 лет занятия проводятся с 8.00 до 21 часа.

Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.