

Утверждаю
Директор МБУДО «ДЮСШ № 2»
МР «Кизилюртовский район»
_____ К.К. Казаматов
_____ 2020г.

Учебный план
МБУДО «ДЮСШ № 2» МР «Кизилюртовский район»
на 2019-2020 учебный год

В МБУДО «ДЮСШ №2» культивируется 7 видов спорта (тайский бокс, рукопашный бой, вольная борьба, СОГ, футбол, настольный теннис, шашки) что позволяет достаточно широко удовлетворять интересы и потребности детей и добиться массового привлечения их к занятиям.

Основными формами учебной работы в ДЮСШ №2 являются:

- групповые практические занятия и тренировки в соответствии с требованиями программы для каждой учебной группы по расписанию, утвержденному директором школы;
- инструкторская и судейская практика.

Годовой учебный план подготовки юных спортсменов в ДЮСШ №2 на каждом этапе составляет 52 недели: из них 46 недель занятий проходят непосредственно в условиях спортивной школы и 6 недель отводится для подготовки учащихся в спортивно-оздоровительном лагере и по индивидуальным планам в период активного отдыха занимающихся.

Годовой учебный план включает такие виды подготовки, как теоретическая подготовка, ОФП, СФП, техническая и тактическая подготовка. Игровая подготовка, соревнования, восстановительные мероприятия, инструкторская и судейская практика, контрольные испытания и медицинское обследование.

Задачи на спортивно-оздоровительном этапе:

- привлечение к систематическим занятиям максимально возможного числа детей и подростков;
- утверждение здорового образа жизни;
- всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливания организма;
- овладение основами футбола, мини-футбола.

На этапе **начальной подготовки** основным принципом обучения и тренировки является универсальность в подготовке занимающихся. В соответствии с этим на этом этапе ставятся следующие задачи:

- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, ловкости, гибкости;
- отбор способных к занятиям футболом и другим видам спорта детей;
- формирование стойкого интереса к спортивным занятиям;
- привитие навыков соревновательной деятельности в соответствии с правилами вида спорта;
- обучение основам техники и тактики;
- подготовка к выполнению нормативных требований по видам подготовки.

Основным принципом работы на **учебно-тренировочном этапе** должна быть универсальность подготовки занимающихся с переходом к игровой специализации (по амплуа) .

При этом на этапе **начальной специализации** решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма, содействие правильному физическому развитию;
- развитие физических качеств: быстроты, гибкости, ловкости и специальной тренировочной выносливости;
- овладение основными техническими приемами вида спорта и совершенствование в тактических действиях;
- овладение основными индивидуальными и групповыми тактическими действиями;
- приобщение к соревновательной деятельности на уровне района , республики.

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. Теоретическая подготовка проводится в форме беседы, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения. Учитывается возраст занимающихся и излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.

4. **Психологическая подготовка** предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.
5. **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.
6. **Контрольно-нормативные мероприятия** проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводятся регулярное тестирование и заносится в протокол.
7. **Соревнования.** Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий ДЮСШ №2, района и республики.
8. **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.
9. **Медицинское обследование.** Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

Методическое обеспечение образовательного процесса.

Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:

Научно-педагогической помощи:

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

Консультативно –методической помощи:

Проведение педагогических и тренерских советов в рамках ДЮСШ. Методические семинары и консультации с привлечением учителей физической культуры общеобразовательных школ. Организация и проведение районных спартакиад школьников. Организация и проведение районных, областных соревнований.

Аттестация тренеров -преподавателей ДЮСШ.

Повышение квалификации:

Изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры. Участие в соревнованиях регионального, всероссийского уровней, и в их судействе.

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

Самовыдвижение на присвоение квалификационной категории.

Самообразование.

Участие в конкурсах учреждений дополнительного образования детей.

**Образовательные программы, реализуемые
в МКУДО «ДЮСШ №2»
по возрасту обучающихся, сроку и виду программ.**

Образовательная программа	Возраст обучающихся	Срок реализации программ	Вид образовательной
ВОЛЬНАЯ БОРЬБА	Этап начальной подготовки		
	8-12	3 года	Типовая адаптированная
	Учебно- тренировочный этап		
	13-17	4 года	Типовая адаптированная
РУКОПАШНЫЙ БОЙ	Этап начальной подготовки		
	8-12	3 года	Типовая адаптированная
	Учебно- тренировочный этап		
	13-17	4 года	Типовая адаптированная
НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС	Этап начальной подготовки		
	8-12	3 года	Типовая адаптированная
	Учебно- тренировочный этап		
	13-17	4 года	Типовая адаптированная
ФУТБОЛ	Этап начальной подготовки		
	8-12	3 года	Типовая адаптированная

	Учебно- тренировочный этап		
	13-17	4 года	Типовая адаптированная
ТАЙСКИЙ БОКС	Этап начальной подготовки		
	8-12	3 года	Типовая адаптированная
	Учебно- тренировочный этап		
	13-17	4 года	Типовая адаптированная
ШАШКИ	Этап начальной подготовки		
	8-12	3 года	Типовая адаптированная
	Учебно- тренировочный этап		
	13-17	4 года	Типовая адаптированная
СОГ	Этап начальной подготовки		
	8-12	3 года	Типовая адаптированная
	Учебно- тренировочный этап		
	13-17	4 года	Типовая адаптированная

Учебно-материальное оснащение реализуемых программ

№ п/п	Наименование деятельности	наличие
1	Вольная борьба	<ul style="list-style-type: none"> • Спортивный зал Кироваульской СОШ по договору. • Спортивный инвентарь и оборудование • Учебные программы; Методическое обеспечение
2	Рукопашный бой	<ul style="list-style-type: none"> • спортивный зал: Чонтаульской СОШ № 2 по договору • Спортивный инвентарь и оборудование • Учебные программы; Методическое обеспечение
3	Шашки	<ul style="list-style-type: none"> • В кабинете в Акнадинской СОШ по договору. • Спортивный инвентарь и оборудование • Учебные программы; Методическое обеспечение
4	СОГ	<ul style="list-style-type: none"> • Спортивные залы и стадионы Кироваульской СОШ и

		<p>Чонтаульской СОШ № 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортивный инвентарь и оборудование • Учебные программы; Методическое обеспечение
5	Тайский бокс	<ul style="list-style-type: none"> • спортивные залы в с. Кироваул и с. Чонтаул • Спортивный инвентарь и оборудование • Учебные программы; • Методическое обеспечение
6	Настольный теннис	<ul style="list-style-type: none"> • спортивный зал: Акнадинской СОШ. • Спортивный инвентарь и оборудование • Учебные программы; • Методическое обеспечение
7	Футбол	<ul style="list-style-type: none"> • спортивные залы и стадионы Кироваульской СОШ и Чонтаульской СОШ № 1 • Спортивный инвентарь и оборудование • Учебные программы; • Методическое обеспечение