

Пояснительная записка к учебному плану на 2020-2021 учебный год

Учебный план муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Новосибирска «Детского оздоровительно-образовательного (физкультурно-спортивного) центра «Исток» на 2019-2020 год разработан на основе Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ от 12 сентября 2013 года № 730-ФЗ Министерства спорта и рекомендаций «Санитарно-эпидемических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» СанПиН 2.4.4.3172-14.

В рамках учебного плана реализуются дополнительные общеразвивающие программы по направлениям деятельности:

- баскетболу;
- боксу;
- борьбе дзюдо;
- борьбе самбо;
- греко-римской борьбе;
- каратэ;
- легкой атлетике;
- лыжным гонкам;
- пауэрлифтингу;
- тхэквондо;
- мини-футболу;
- хоккею;
- художественной гимнастике;
- шахматам.

В учебном плане отражена образовательная область (физическая культура). Образовательная область обеспечивает единство образования.

Учебный план отражает учебную нагрузку тренеров-преподавателей, расчет учебной нагрузки для учащихся и их численный состав в группах.

Нагрузка на стартовом уровне в неделю составляет:

На весь период не более – 6 часов.

Нагрузка на базовом уровне в неделю составляет:

На весь период не более – 9 часов.

Нагрузка на продвинутом уровне в неделю составляет:

На весь период не более – 14 часов.

Численный состав учащихся в группах устанавливается с учетом учебно-материальной базы учреждения и санитарно-гигиенических норм помещения, а также виду спорта:

- в группах на стартовом уровне 1, 2, 3 года обучения (15-25 человек);
- группах на базовом уровне 1, 2, 3, 4 года обучения (12-20 человек);
- группах на продвинутом уровне 1, 2, 3 года обучения (10-15 человек).

Занятия в МБУДО ДООЦ «Исток» начинаются с 08.00 часов и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для учащихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00.

Продолжительность занятий учащихся в учебные дни – не более 3-х академических часов в день, в выходные и каникулярные дни – не более 4 академических часов в день.

После 30-45 минут занятий организуется перерыв длительностью не менее 5-10 минут.

При наличии двух смен занятий предусмотрен не менее 30- минутный перерыв между сменами для уборки и проветривания помещений.

Учебный план отражает специфику спортивного центра, учитывает интересы детей, родителей и рассчитан на 46 недель.

Дополнительные образовательные программы определены по уровню освоения.

Название программы Дополнительная общеразвивающая программа	Разработчик	Тип программы	Период обучения	Возраст детей	Форма обучения
Борьба джудо	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В. Дорогина О. А.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Борьба самбо	Бобровнич С.А. Матвейчук Н.Н.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Бокс	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Греко-римская борьба	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Каратэ	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Тхэквондо	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Баскетбол	Бобровнич С.А. Матвейчук Н.Н. Кухаренко Н. Н.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Мини-футбол	Бобровнич С.А. Матвейчук Н.Н.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Хоккей	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Лыжные гонки	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Пауэрлифтинг	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Легкая атлетика	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Художественная гимнастика	Матвейчук Н.Н. Бобровнич С. А.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная
Шахматы	Бобровнич С.А. Пичугина Л.В. Бутакова О.Б.	Комплексная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа	10 лет	5-18 лет	Групповая, индивидуальная, дистанционная Групповая, индивидуальная, дистанционная

Данные программы в учебном плане гарантируют учащимся систему основных знаний, практических умений и навыков.

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВЫПОЛНЕНИЯ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Стартовый уровень:

1. Привлечение детей младшего возраста к занятиям физкультурой.
2. Развитие физических качеств.
3. Стабильность состава учащихся.

Базовый уровень:

1. Стабильность состава учащихся.
2. Динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности учащихся.
3. Уровень освоение техники видов спорта, навыков гигиены и самоконтроля.

Продвинутый уровень:

1. Состояние здоровья, уровень физического развития учащихся.
2. Динамика уровня подготовленности в соответствии с индивидуальными особенностями учащихся.
3. Освоение объёмов тренировочных нагрузок, теоретического раздела программы, выполнение разрядных нормативов.

Заместитель директора по УВР



С.А. Бобровнич

Утверждаю

Директор МБУДО ДООЦ «Исток»



В.Г. Демин

« 4 » августа 2020 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МБУДО ДООЦ «Исток» на 2020-2021 учебный год

Отделения	Уровень обучения	Год обучения	Количество часов в неделю	Количество часов в год
Отделение единоборств (греко-римская борьба, дзюдо, каратэ до, самбо, тхэквондо, бокс)	Стартовый уровень	1	6	276
		2		
		3		
	Базовый уровень	1	9	414
		2		
		3		
4				
Продвинутый уровень	1	14	644	
	2			
	3			
Отделение индивидуальные виды спорта (легкая атлетика, лыжные гонки, пауэрлифтинг, художественная гимнастика, шахматы)	Стартовый уровень	1	6	276
		2		
		3		
	Базовый уровень	1	9	414
		2		
		3		
4				

	Продвинутый уровень	1 2 3	14	644
Отделение спортивных игр (баскетбол, мини-футбол, хоккей)	Стартовый уровень	1 2 3	6	276
	Базовый уровень	1 2 3 4	9	414
	Продвинутый уровень	1 2 3	14	644