

Пояснительная записка

**к учебному плану муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования - Центр дополнительного образования «Энергия»
на 2021-2022 учебный год**

Учебный план МБУ ДО «Центр ДО «Энергия» составлен на основе социального заказа детей и их родителей, программы развития учреждения, образовательных программ объединений и санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.4.4.1251-03

Учебный план ориентирован к реальным условиям Центра, составлен с учетом прав и интересов учащихся, родителей и возможностей педагогического коллектива
Учебный план соответствует основным требованиям:

- полнота (учет социальных и образовательных потребностей района, обеспечение условий для развития и здоровья личности);
- целостность (достаточное число направлений деятельности, их взаимосвязь);
- соответствие миссии дополнительного образования и целям учреждения;
- преемственность между ступенями обучения;
- учет необходимого кадрового, методического, технического обеспечения.

В основе расчета учебных часов в неделю положено – занятие. Учебный план предусматривает предельно допустимую недельную нагрузку в соответствии современными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для учреждения дополнительного образования данного типа и вида, а также возрасту воспитанников.

При определении учебного материала по каждой образовательной программе учитывалось:

- возможности учредителей по финансированию учреждения;
- возможности обучающихся по продолжительности занятий в объединениях.

Необходимость реализации каждой образовательной программы рассмотрена и утверждена на педагогическом совете МБУДО «Центр ДО «Энергия».

Основная особенность учебного плана и образовательных программ – вариативность и подвижность. Каждая программа рассматривается на основе права обучающегося на индивидуальный образовательный маршрут и на адаптацию личных запросов ребенка и его образовательных потребностей.

Учебный план нацелен на реализацию непрерывного образовательного процесса в возрастных пределах. Академические часы образовательных программ могут варьироваться на основе комплектования групп с учетом утвержденного объема педагогических часов данным планом.

МБУДО «Центр ДО «Энергия» реализует дополнительные образовательные программы со сроком обучения от 1 до 8 лет по следующим направленностям:

- физкультурно-спортивная;
- художественная

На 2021-2022 учебный год на базе МБУДО Центр ДО «Энергия» сформированы **12 учебных групп**

из них:

СО-2 группы: вольная борьба- 17 человек, футбол-15 человек

ОФП-2 - 1 группы: вольная борьба-15

ОФП-3 -1 группа: аэробика-12 человек

СФП-1 –1 группа: футбол- 20 человек

СФП-3-4 группы: вольная борьба-31 человека, аэробика-11 человек, волейбол-14 человек

СФП-4- 2 группы: волейбол-14 человек, аэробика -10 человек
Хореография 1 группа 15 человек

Всего учащихся: 174 человек.

В учебном плане физкультурно-спортивной направленности учтен режим учебно-тренировочной работы в году с расчетом на 52 недели:

46 недель – учебно-тренировочные занятия непосредственно в условиях МБУДО Центр ДО «Энергия» (в учебном году), и 6 недель по индивидуальным планам для учащихся на период их активного отдыха.

С увеличением общего годового объема часов увеличивается удельный вес нагрузок на техническую, тактическую, специальную физическую и интегральную подготовку.

В учебном плане отражены основные задачи и направленность работы по этапам многолетней подготовки юных спортсменов.

Многолетняя подготовка спортсменов МБУДО Центр ДО «Энергия» делится на следующие этапы:

I этап - СО – спортивно-оздоровительная группа от 1-до 3 лет

II этап - Общая физическая подготовка: обучение в группах ОФП 1- 3 года;

III этап - Специальная физическая подготовка: обучение в группах СФП 1-3 года;

IV этап - Специальная физическая подготовка (спортивное совершенствование): обучение в группах СФП 4-5 года

Содержание работы по этапам подготовки.

I этап - общефизическая подготовка:

1. Укрепление здоровья и гармоничное развитие функций организма занимающихся.
2. Формирование правильной осанки и выполнения упражнений.
3. Разносторонняя общая физическая подготовка и начальное развитие всех специальных физических качеств.
4. Специальная двигательная подготовка - развитие умения ощущать и дифференцировать разные параметры движений.
5. Начальная техническая подготовка.
6. Привитие интереса к регулярным занятиям физической культурой, воспитание дисциплинированности, аккуратности и старательности.
7. Участие в показательных соревнованиях и выступлениях.
8. Начальная теоретическая подготовка.

II этап - специальная физическая подготовка:

1. Углубленная и соразмерная специальная физическая подготовка (благоприятный период для развития ловкости, гибкости, быстроты).
2. Совершенствование специальной двигательной подготовки, совершенствование специальной физической подготовленности.
3. Функциональная начальная подготовка - освоение средних показателей объема тренировочных нагрузок.
4. Базовая психологическая подготовка.
5. Совершенствование теоретической подготовки в сочетании с физической.
6. Достижение высокого уровня функциональной подготовки - планомерное освоение возрастающих тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные нагрузки.
7. Совершенствование базовой технической подготовленности - повышение надежности (стабильности) выполнения элементов.
8. Совершенствование психологической подготовки, приобретение опыта формирования состояния боевой готовности к соревнованиям, самонастройке, самоконтролю, сосредоточения и мобилизации.

III этап: специальная физическая подготовка (спортивное совершенствование)

1. Достижение высокого уровня функциональной подготовки - планомерное освоение возрастающих тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные нагрузки.
2. Углубленная теоретическая, техническая и тактическая подготовка в группах СФП 4-5 года обучения.
3. Активная соревновательная практика с включением модельных тренировок и контрольно-подготовительных соревнований.
4. Максимальное раскрытие индивидуальных возможностей, достижение высокого уровня исполнительского мастерства.
5. Достижение максимально возможных спортивных результатов, поддержание высокого уровня соревновательной готовности.

Режим учебно-тренировочной работы и требования по общей физической и специальной спортивной подготовке:

Наименование этапа	Год обучения	Минимальный возраст зачисления	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической и специальной подготовке на конец учебного года
ОФП (общая физическая подготовка)	1,2,3	6-12 лет	12-15	6	Выполнение контрольных нормативов по ОФП, СФП
СФП (специальная физическая подготовка)	1,2,3	9-10 лет	10-12	9	Выполнение контрольных нормативов по ОФП, СФП, технической подготовке, выполнение массовых
СФП специальная физическая подготовка - спортивное совершенствование	4-5	14	8-10	12	Выполнение нормативов СФП, выполнение требований ЕВСК, 1 спорт разрядов, КМС, инструкторская практика
СО спортивно-оздоровительная группа	1-3	7 лет	12-15	6	укрепление здоровья, освоение и совершенствование двигательных навыков и основ спортивной техники

Учебный год в Центре начинается 1 сентября и заканчивается 1 июля текущего года. Расписание занятий в объединениях составляется в начале учебного года администрацией по представлению педагогических работников с учетом установления наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся. Перенос занятий и изменение расписания производится только с согласия администрации и оформляется документально. В период школьных каникул занятия могут проводиться по специальному расписанию. В случае снижения фактической посещаемости в течение года группы могут быть расформированы. Деятельность детей осуществляется как в разновозрастных, так и в разновозрастных учебных группах.

Учебный план реализуется в полном объеме, учебному плану соответствует расписание занятий, соблюдается общая (итоговая) нагрузка учащихся.

Педагогический коллектив рассматривает действующий учебный план как основу нормального функционирования и развития Центра.

Учебный план на 2021-2022 учебный год

№	Фамилия, имя, отчество педагога дополнительного образования	Отделение	Группа, год обучения	Недельная нагрузка, учебные часы	Место проведения учебно- тренировочного занятия
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ					
1	Абдурегимов Роберт Акимович	волейбол волейбол футбол	СФП-3 СФП-4 СО	6 час 12 час 6 часов Итого: 27ч	ФОК ФОК ФОК
2	Болотов Александр Владимирович	футбол	СФП-1	9 час Итого: 9ч	ФОК
3	Болотова Елена Анатольевна	аэробика аэробика аэробика	ОФП-3 СФП-3 СФП-4	6 час 9 час 12 час Итого: 27ч	ФОК ФОК ФОК
4	Исмаилов Эдик Фейзулаевич	в. борьба в. борьба в. борьба в. борьба	СО ОФП-2 СФП-3 (1) СФП -3 (2)	6 час 6 час 9 час 9 час Итого: 30ч	ФОК ФОК ФОК ФОК

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

№	Фамилия, имя, отчество педагога дополнительного образования	Отделение	Группа, год обучения	Недельная нагрузка, учебные часы	Место проведения учебно- тренировочного занятия
3	Болотова Елена Анатольевна	хореография	2	Итого: 6ч	ФОК

УЧЕБНЫЙ ПЛАН - ГРАФИК
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования – Центр
дополнительного образования «Энергия»
на 2021 – 2022 учебный год

№ п/п	Направленность, вид спорта	Группы спортивно-оздоровительные	Группы общей физической подготовки и спортивно-оздоровительной			Группы специальной физической подготовки (СФП)		
			СО	ОФП-1	ОФП-2	ОФП-3	СФП-1	СФП-3
1	Физкультурно-спортивная направленность							
1	Футбол	1гр				1гр		
2	Волейбол						1гр	1гр
3	Вольная борьба	1 гр		1гр			2гр	
4	Аэробика				1гр		1гр	1гр
	Итого часов в год:	312	312	312	312	468	468	624
2	Художественная направленность							
1	Хореография	1 гр.						
	Итого часов в год:	312						