**Пояснительная записка к учебному плану**

**муниципального бюджетного образовательного учреждения**

**дополнительного образования детей**

**детско-юношеская спортивная школа по лёгкой атлетике**

**на 2015-2016учебный год**

Учебный план МБОУДОД ДЮСШ по лёгкой атлетике разработан в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г., ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Устава МБОУДОД ДЮСШ по лёгкой атлетике нормативно-правовых основ, регулирующих деятельность спортивных школ.

Учебный план составлен с учетом санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей  (СанПиН 2.4.4.3172-14).

Основной целью деятельности МБОУДОД ДЮСШ по лёгкой атлетике является физическое воспитание личности, приобретение знаний. Умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков.

Учебный план составлен по программе физкультурно - спортивной направленности, по виду спорта: лёгкая атлетика.

В учреждении обучаются дети в возрасте от 9 до 18 ле. Образовательный процесс ДЮСШ по лёгкой атлетике осуществляется на двух этапах: этапе начальной подготовки ( далее -НП), тренировочном этапе ( далее -ТЭ),

Учебный год с постоянным составом ДЮСШ начинается с 1 сентября. Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные дни.

Основными формами организации тренировочного процесса являются: - тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся; - индивидуальные тренировочные занятия, проводимые с одним или несколькими занимающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару, группу; - самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам; - тренировочные сборы; - участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях; - инструкторская и судейская практика; - медико - восстановительные мероприятия; - промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Учебно – тренировочное занятие – основной элемент образовательного процесса, строится на доступном для обучающихся уровне, с реализацией индивидуального подхода, на основе знаний, способностей, потребностей и склонностей детей. Часовая нагрузка распределяется согласно учебным программам с учётом возраста и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся.

Уровень недельной учебной нагрузки не превышает предельно допустимого. Основным видом учебно - тренировочной работы являются групповые занятия. Индивидуальный план учащихся реализуется в период командировки тренера – преподавателя с основной группой учащихся при работе учащегося с другим тренером – преподавателем.

Учебно-тренировочные занятия рассчитаны на 46 недель непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель в условиях спортивно- оздоровительного лагеря и по индивидуальным планам учащихся на период их активного отдыха.

На 2015-2016 учебный год ДЮСШ ставятся следующие задачи:

 Группы начальной подготовки

-повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;

-овладение основами техники в избранном виде спорта;

-приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях;

-развитие специальных физических качеств;

-повышение уровня функциональной подготовленности;

-освоение доступных тренировочных и соревновательных нагрузок;

-накопление соревновательного опыта.

- выполнение нормативов массовых спортивных разрядов.

Тренировочный этап 1, 2 год обучения

-повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;

-овладение основами техники в избранном виде спорта;

-приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях;

-развитие специальных физических качеств;

-повышение уровня функциональной подготовленности;

-освоение доступных тренировочных и соревновательных нагрузок;

-накопление соревновательного опыта.

- выполнение нормативов спортивных разрядов.

Тренировочный этап 3,4,5 год обучения

-динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической

 подготовленности обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями;

-повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;

-овладение основами техники в избранном виде спорта;

-приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях;

-развитие специальных физических качеств;

-повышение уровня функциональной подготовленности;

-освоение доступных тренировочных и соревновательных нагрузок;

-накопление соревновательного опыта.

- выполнение нормативов спортивных разрядов.

В группах по подготовке метателей предусмотрена работа

второго, смежного тренера — преподавателя ( согласно Постановлению

главы города от 26.11.2008г. № 3659 , раздел 3,п.5)

Допускается проведение занятий одновременно с учащимися из разных групп.

При этом необходимо соблюдать все, перечисленные ниже условия:

- разница в уровне подготовки учащихся  не превышает двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;

- не превышена единовременная пропускная способность спортивного сооружения;

- не превышен максимальный количественный состав объединенной группы.

В ДЮСШ по лёгкой атлетике на 2015 - 2016 учебный год

будет работать 41 группа, в которых будут обучаться 480

учащихся, из них:

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Год подготовки | Кол- во часов в неделю | |
| НП1  ГНП-1 | 6 | |
| НП2  ГНП-2 | *9* | |
| НП3 | 9 | |
| ТЭ 1 | 11 | |
| ТЭ 2  УТГ-2 | 11 | |
| ТЭ 3  УТГ-3 | 15 | |
| ТЭ 4  УТГ-4 | 15 | |
| ТЭ 5  УТГ-5 | 15 | |
| Год подготовки | | Кол- во групп\ учащихся |
| НП1  ГНП-1 | | 7\140 |
| НП2  ГНП-2 | | 8\109 |
| НП3 | | 8\114 |
| ТЭ 1 | | 4\23 |
| ТЭ 2  УТГ-2 | | 5\36 |
| ТЭ 3  УТГ-3 | | 4\47 |
| ТЭ 4  УТГ-4 | | 3\16 |
| ТЭ 5  УТГ-5 | | 2\5 |

Школа осуществляет свою образовательную деятельность на базе спортивных залов и площадок общеобразовательных учреждений МБОУСОШ № 2, МБОУСОШ №4, МАОУСОШ №11, МБОУСОШ № 13, МБОУСОШ № 18,