

«У Директор
«ШО
О
«10» ян

Директор АНО ДО
«НОСПІ ПФК ЦСКА»
О.Д. Корнаухов
08.01.2025 г.

Москва 2025 год

Учебный план является нормативно-регулирующим документом, регламентирующим деятельность учреждения, разработан на основе следующих документов:

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;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.2014 г. (СанПиН 2.4.4.3172-14), Устава АНО ДЮСШ ПФК ЦСКА.

Пояснительная записка:

Учебный план состоит из двух частей: пояснительной записки и сетки часов, отведенных на каждое направление. Структура пояснительной записки включает общую характеристику учебного плана; целевую направленность. Сетка часов распределяет время, отведенное для учебных занятий по направлениям деятельности.

В основе образовательной деятельности учреждения находится создание благоприятных условий для физического, духовного, социального развития детей, раскрытия их личностного потенциала, формирование культуры отдыха, здорового образа жизни, развития волевых и гражданских качеств через физкультурно-спортивную деятельность, выявление и поддержка спортивно-одаренных детей.

Информационно-аналитические данные об образовательном учреждении:

Организационно-правовая форма: некоммерческая организация

Статус: образовательное учреждение дополнительного образования детей;

Тип: физкультурно-спортивная направленность.

Вид: детско-юношеская спортивная школа.

АНО ДЮСШ ПФК ЦСКА (далее ДЮСШ) выполняет следующие функции:

-осуществление работы по привлечению обучающихся к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

-проведение учебно-тренировочной и воспитательной работы среди детей и подростков, направленной на спортивное совершенствование, укрепление их здоровья и всестороннее физическое развитие;

-представление детям и подросткам равных условий для обучения в ДЮСШ, а имеющим перспективу необходимых условий для их спортивного совершенствования;

-способствование формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных, нравственных способностей, достижению уровня спортивных достижений сообразно способностям;

-оказание всесторонней помощи образовательным учреждениям в организации работы по физкультуре и спорту;

-повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программы по футболу;

- осуществление иной деятельности, не запрещенной законодательством РФ.

Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года. Прием заявлений и зачисление в ДЮСШ производится в течение всего календарного года при условии наличия свободных мест. Организация обучения строится в соответствии с учебным планом и учебными программами.

В детско-юношеской спортивной школе функционирует отделение футбола.

На 2017 учебный год обучается 327 обучающихся.

Основной формой работы с обучающимися являются учебно-тренировочные занятия. Содержание деятельности определяется педагогом с учетом учебных планов и образовательных программ.

В ДЮСШ ведется методическая работа, направленная на совершенствование образовательного процесса, программ, форм и методов деятельности, мастерства педагогических работников. С этой целью в ДЮСШ постоянно работает тренерский совет. Порядок его работы определяется Положением о тренерском совете.

Учебный план разрабатывается из расчета 52 недель - 46 недель занятий непосредственно в условиях спортивной школы. С увеличением общего годового объема часов изменяются по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и психологическую подготовку.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляются в соответствии с конкретными задачами многолетней тренировки.

Таблица №1

Минимальный возраст зачисления обучающихся в спортивную школы по этапам подготовки

Вид спорта	Этапы подготовки									
	Начальной подготовки			Учебно-тренировочный					Спортивного совершенствования	
Футбол	1-год	2-й год	3-й год	1-год	2-й год	3-й год	4-й год	5-год	1-й год	2-й год
	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет

Таблица №2

В АНО ДЮСШ ПФК ЦСКА устанавливается наполняемость групп детьми по видам спорта

Этапы подготовки	Наполняемость групп	Максимальный объем учебно-тренировочной работы (час/неделю)
Начальной подготовки 1 года	12 человек	6 часов
Начальной подготовки 2 года	12 человек	7 часов
Начальной подготовки 3 года	25 человек	7 часов
Учебно-тренировочный 1 года	25 человек	9 часов
Учебно-тренировочный 2 года	25 человек	9 часов
Учебно-тренировочный 3 года	21 человек	12 часов
Учебно-тренировочный 4 года	21 человек	12 часов
Учебно-тренировочный 5 года	21 человек	12 часов
Спортивного совершенствования 1 года	21 человек	14 часов
Спортивного совершенствования 2 года	21 человек	14 часов

Деятельность в ДЮСШ ведется по образовательной программе футбол.

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 бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая 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 УГ 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. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.
7. **Соревнования.** Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
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.** В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

