

Принят на заседании
методического совета
МАУ ДО СШ «Спартак»
г. Новотроицка
Протокол № 1 от 27.03.2023г.



Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Спартак» г.Новотроицка
В.В. Денисов
27.03.2023г.

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Спортивная школа «Спартак» г.Новотроицка

Учебный план спортивной подготовки

2023г.

Пояснительная записка к плану спортивной подготовки муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа «Спартак» г. Новотроицка

1. Нормативно-правовая основа формирования плана спортивной подготовки.

План спортивной подготовки МАУ ДО СШ «Спартак» составлен в соответствии с Федеральным Законом «О физической культуре и спорте в РФ» № 329-ФЗ от 04.12.2007г., Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта, Уставом учреждения.

План составлен с учетом штатного расписания, тарификации тренеров-преподавателей, дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта. Программы, указанные в плане, утверждены методическим советом МАУ ДО СШ «Спартак» г.Новотроицка.

2. Общая характеристика плана

2.1. Целевая направленность.

Цель плана: создание условий, обеспечивающих рациональную организацию учебно-тренировочного процесса и удовлетворение потребностей и интересов спортсменов в освоении видов спорта.

Задачи:

- предоставить равный доступ к усвоению дополнительных образовательных программ спортивной подготовки разным категориям обучающихся, расширить возможности их социализации;

- обеспечить преемственность в содержании спортивной подготовки между ее ступенями;

-предотвратить перегрузку, перенапряжение в процессе учебно-тренировочной деятельности спортсменов, сохранить их здоровье;

- обеспечить условия для успешного овладения основ видов спорта детей и подростков, развития личности, индивидуальности, личной культуры, коммуникативных способностей ребёнка, детской одарённости. Социальный заказ, реализуемый учреждением, складывается из составляющих:

федеральный компонент; региональный компонент; муниципальный компонент;

Социальный заказ федерального уровня отражен в Законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Данная цель нашла свое отражение в Уставе МАУ ДО СШ «Спартак». Региональный компонент социального заказа регулируется на областном уровне и предполагает участие спортсменов учреждения в областных соревнованиях.

Муниципальный компонент предполагает проекцию государственных требований к работе учреждения в городе: участие в реализации программ муниципального уровня.

2.2. Стратегические и тактические ориентиры содержания учебно-тренировочного процесса.

2.2.1 Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в МАУ ДО СШ «Спартак» ведется на русском языке, воспитательный процесс сочетает в себе индивидуальный подход с коллективной соревновательной деятельностью.

2.2.2. Учреждение реализует программы спортивной подготовки по следующей направленности: бокс, спортивная (вольная) борьба, самбо, всестилевое карате, восточное боевое единоборство (дисциплина кобудо).

2.2.3. Содержание спортивной подготовки определяется программами по видам спорта, разрабатываемыми и реализуемыми Учреждением самостоятельно на основе государственных федеральных стандартов.

3. Организация тренировочного процесса

3.1. Тренировочные занятия начинаются 1 сентября. Продолжительность тренировочного процесса - 52 недели. Занятия проводятся в любой день недели, включая воскресенье и каникулы. Длительность одного тренировочного часа для спортсменов – 60 минут. Занятия с детьми 4-6 лет проводятся по 30 минут с перерывом не менее 10 минут (согласно санитарно-гигиеническим нормам).

3.2. Временные рамки занятий составляют: - для спортсменов СОГ и ГНП 1 года – 1,5 часа в неделю, - для ГНП 2 и 3 года – 6 - 9 учебных часов в неделю, - для УТГ 1 - 2 года - 10-12 часов в неделю, для УТГ 3 и последующих – 16-18 учебных часов в неделю. - в группах спортивного совершенствования – 24-28 учебных часов в неделю.

3.3. Численный состав групп: - для СОГ и ГНП – от 15 до 25 человек; - для УТГ – от 10 до 20 человек; - для ГСС – от 1 до 8 человек; -

3.4. В МАУ ДО СШ «Спартак» используются следующие формы организации учебно-тренировочного процесса: групповые учебно-тренировочные занятия, восстановительные мероприятия, соревнования, инструкторская и судейская практика, работа по индивидуальным планам и т.д.

3.5. Для отслеживания результатов деятельности спортсменов проводятся тестирование. Показателем работы является выполнение контрольно-переводных нормативов по этапам спортивной подготовки и участие в соревнованиях.

4. Периоды спортивной подготовки в МАУ ДО СШ «Спартак»

4.1. Тренировочный процесс в МАУ ДО СШ «Спартак» соответствует трем ступеням: I ступень – ознакомительная: СОГ и ГНП 1-2 год. Формируется мотивация к спортивной деятельности по избранному виду спорта. Осуществляется развитие физических качеств поступающих в СШ. II ступень – базовая: УТГ 1-2 года. Овладение базовой техникой по избранному виду спорта. III ступень – углубленная: УТГ 3-5 и более лет. Реализация потребности спортсменов в спортивных достижениях. Работа в группах спортивного совершенствования, а также работа в качестве инструктора и судьи по видам спорта, участие в областных, российских соревнованиях, является завершающим этапом спортивной подготовки в условиях учреждения. Она направлена на развитие устойчивых интересов и способностей спортсменов в избранном виде спорта, формирование навыков самостоятельной тренировочной деятельности.

5. Система оценок и аттестация спортсменов

5.1. Успешность освоения дополнительных образовательных программ спортивной подготовки спортсменами оценивается по результатам тестов по общефизической и специальной подготовке по видам спорта и личностных результатов в соревнованиях, предусмотренных программой.

5.2. Оценка выставляется тренером-преподавателем в ведомость по сдаче КТП.

5.3. Освоение программ спортивной подготовки предусматривает проведение итоговой аттестации спортсменов. Аттестация обучающихся проводится в виде тестирования.

5.4. Аттестация спортсменов на звание «Юный судья» проводится согласно Положению о присвоении судейской категории.