

Муниципальное бюджетное  
дополнительного  
«Детско-юношеского

Утвержден:  
Директором МБОУ ДОД «ДЮЦ»  
Котовой С. Н.

Приказ № 12 от 31.08.2012 г.

Принят  
на заседании педагогического совета Протокол № 1 от  
31.08.2012 г.



Количество групп: 22

Баскетбол - 4 гр - 65 чел.

Волейбол - 7 гр - 116 чел.

Борьба самбо, дзюдо - 6 гр - 93 чел.

Футбол - 5 гр - 95 чел.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**Муниципального бюджетного образовательного учреждения**  
**дополнительного образования детей**  
**«Детско-юношеского центра»**

Всего групп: 22 группы, 347 чел.

Начальный подготовитель: 20 групп

1 год обучения - 16 групп (252 чел-а)

2 год обучения - 3 группы (51 чел-а)

3 год обучения - 1 группа (16 чел-а)

Спортивно-оздоровительные группы - 1 группа

1 год обучения - 1 группа (15 чел-а)

Учебно-тренировочные - 1 группа

1 год обучения - 1 группа (13 чел-а)

на 2012-2013 учебный год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей

«Детско-юношеский центр»

**Количество групп: 22**

- Баскетбол – 4 гр – 65 чел.
- Волейбол – 7 гр. – 116 чел.
- Борьба самбо, дзюдо – 6 гр. – 93 чел.
- Футбол – 5 гр. – 73 чел.

**Всего групп: 22 группы, 347 человек**

**Начальной подготовки: 20 групп**

- 1 год обучения – 16 групп (252 чел-ка)
- 2 год обучения – 3 группы (51 чел-к)
- 3 год обучения – 1 группа (16 чел-к)

**Спортивно-оздоровительные группы – 1 группа**

- 1 год обучения – 1 группа (15 чел-к)

**Учебно-тренировочные – 1 группа**

- 1 год обучения – 1 группа (13 чел-к)

Год обучения	Кол-во групп	Кол-во учащихся
1 год обучения	16 групп	252 чел-ка
2 год обучения	3 группы	51 чел-к
3 год обучения	1 группа	16 чел-к
Спортивно-оздоровительные	1 группа	15 чел-к
Учебно-тренировочные	1 группа	13 чел-к



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план МБОУ ДОД «Детско-юношеского центра» разработан в соответствии с законом Российской Федерации «Об образовании», типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей, нормативными документами Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, регламентирующих работу спортивных школ, Уставом МБОУ ДОД «ДЮОЦ», типовыми (образовательными) программами по видам спорта и СанПин.

В МБОУ ДОД «ДЮОЦ» ведутся учебно-тренировочные занятия по следующим отделениям: баскетбол, волейбол, борьба самбо, дзюдо, футбол.

Актуальность разработки учебного плана связана с необходимостью создания четкой системы подготовки спортсменов в соответствии с современными требованиями спортивной тренировки.

Учебный план обеспечивает преемственность между этапами обучения. При разработке учебного плана учитывалась материальная база учреждения, наличие кадров, региональные условия, социальный запрос детей и родителей и имеющиеся типовые (образовательные) программы.

Типовые программы (образовательные) – допущенные Федеральным агентством по физической культуре и спорту, рекомендованные к изданию Техническим комитетом РФС.

Рабочие программы – разработанные тренерами – преподавателями МБОУ ДОД «ДЮОЦ» на основе типовых (образовательных) программ по видам спорта.

Программы по баскетболу, волейболу, борьбе самбо, дзюдо предусматриваются многоуровневыми сроками реализации – 5 лет, по футболу – 3 года.

Список типовых (образовательных) программ, реализуемым МБОУ ДОД «Детско-юношеским центром»

<b>Типовые:</b>			
<b>Вид спорта</b>	<b>Наименование программы</b>	<b>Год издания</b>	<b>Кем утверждено издательство</b>
Баскетбол	Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского	Москва 2008г	Федеральное агентство по физической культуре и спорту



	резерва		
Волейбол	Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва.	Москва 2009г	Федеральное агентство по физической культуре и спорту
Самбо	Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва	Москва 2008г	Федеральное агентство по физической культуре и спорту
Дзюдо	Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва/Акопян А.О.	Москва 2009	Федеральное агентство по физической культуре и спорту
Футбол	Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва	2011 год	Рекомендована к изданию Техническим комитетом РФС

#### **Цели и задачи:**

- стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся наряду с основами технических навыков в избранном виде спорта;
- стабильность состава обучающихся, уровень потенциальных возможностей обучающихся в избранном виде спорта;
- динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;



- уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта;
- выполнение нормативов массовых спортивных разрядов;

Продолжительность учебного года составляет 52 недели: 46 недель непосредственно в условиях «Детско-юношеского центра» и 6 недель в спортивно-оздоровительном лагере или по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха. Центр организует работу с детьми в возрасте до 18 лет. Численный состав обучающихся на отделениях:

**Спортивно- оздоровительные группы; весь период, минимальная наполняемость групп – 15 человек, максимальный количественный состав -30 человек: максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки до 6 часов.**

**Начальной подготовки;**

1-й год обучения - не менее - 15 человек- максимальный количественный состав -30 человек, 6 часов;

2-й год обучения – не менее -12 человек - максимальный количественный состав -24 человека, 9 часов;

3-й год обучения – не менее -12 человек - максимальный количественный состав -24 человека, 9 часов;

**Учебно-тренировочный:**

1-й год обучения – 10-12 человек - максимальный количественный состав -20 человек, 12 часов;

Продолжительность одного занятия в группах спортивно- оздоровительной направленности и начальной подготовки не должна превышать двух академических часов, в учебно-тренировочных группах – трех академических часов при менее чем четырехразовых тренировочных занятий в неделю. Продолжительность академического часа составляет 45 минут. Каждый обучающийся имеет право заниматься в нескольких секциях.

Учебный план по культивируемым в МБОУ ДОД «ДЮЦ» видам спорта модифицирован в соответствии с методическими рекомендациями по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации СК – 02 – 10/3685 от 12.12. 2006 и имеет следующий вид:

Спортивно-оздоровительная группа	До 10 лет	6 ч. - 312
Спортивно-оздоровительная группа	Средних лет	10 ч. - 312
Учебно-тренировочная группа	До 2-х лет	12 ч. - 624

Учебный план утверждён решением педагогического совета (протокол №1 от 31.08.2012 г.)



**Учебный план МБОУ ДОД «ДЮЦ» на 2012 – 2013 учебный год.**

Отделение	Групп		Человек		Человек		В филиалах				
	ГНП	СОГ	ГНП	СОГ	УТГ		Групп	СОГ	человек	ГНП	человек
Футбол	4		58							1	15
			58								15
Волейбол	6		100							1	16
			100								16
Баскетбол	2		32		1	13				1	20
			32			13					20
Самбо, дзюдо	5	1	78	15							
			93								
Всего	17	1	283		1	13				3	51
Итого:	17	1	283		1	13				3	51
			347								

Этапы подготовки	Период обучения (лет)	Максимальный режим учебно-тренировочной работы (час в неделю)
Группа начальной подготовки	До года	6 ч. – 312
	Свыше года	9 ч. – 468
Спортивно-оздоровительная группа	До года	6 ч. – 312
	Свыше года	6ч.- 312
Учебно-тренировочная группа	До 2-х лет	12 ч. – 624

Учебный план утвержден решением педагогического совета (протокол №1 от 31.08.2012 г.)

"Утверждаю"  
 Директор МБОУ ДОД "ДЮЦ"  
 С.Н.Котова  
 "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 2012 г.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**по баскетболу**

**Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей  
 "Детско-юношеского центра" на 2012-2013 учебный год**

№ п/п	ВИДЫ ПОДГОТОВКИ	Этапы подготовки		
		ГНП-1г.об.	ГНП-2г.об.	УТГ-1г
1.	Теоретическая подготовка	6	9	18
2.	Общая физическая подготовка	100	118	110
3.	Специальная физическая подготовка	60	81	84
4.	Техническая подготовка	80	100	124
5.	Тактическая подготовка	20	49	70
6.	Игровая подготовка	30	67	70
7.	Инструкторская и судейская практика	—	—	49
8.	Контрольные и переводные испытания	4	8	8
9.	Медицинское обследование	4	4	6
10.	Соревнования и прикидки	8	32	36
11.	Восстановительные мероприятия	—	—	49
<b>Общее количество часов:</b>		<b>312</b>	<b>468</b>	<b>624</b>

Зам. директора по УВР \_\_\_\_\_ *Селихова* \_\_\_\_\_ С.Н.Селихова





## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей  
 "Детско-юношеского центра" отделения самбо на 2012-2013 учебный год

№ п/п	Разделъ подготовки	Этапы подготовки		
		Спорт-озд.	Начальной подготовки	
		СОГ-1г.обуч	НП-1г.обуч	НП-2г.обуч
1.	Теоретическая подготовка	12	12	16
2.	Общая физическая подготовка	113	113	126
3.	Специальная физическая подготовка	49	49	84
4.	Технико-тактическая подготовка	108	108	172
5.	Психологическая подготовка	10	10	14
6.	Контрольные соревнования	4	4	16
7.	Инструкторская и судейская практика			
8.	Контрольно-переводные испытания	12	12	12
9.	Восстановительные мероприятия			18
10.	Медицинское обследование	4	4	10
<b>Общее количество часов:</b>		<b>312</b>	<b>312</b>	<b>468</b>

Зам. директора по УВР Селихова С.Н. Селихова





"Утверждаю"  
Директор МБОУ ДОД "ДЮОЦ"  
С.Н.Котова  
"31" 08 2012 г.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МБОУ ДОД "Детско-юношеского центра" *отделения волейбола* на 2012-2013 уч. год

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки		
		Начальной подготовки		
		ГНП 1-г об. ( 6 ч. )	ГНП-2 г. обуч. ( 9ч. )	ГНП-3 г. обуч. ( 9ч. )
1.	Теоретическая подготовка	8	14	14
2.	Общая физическая подготовка	86	130	130
3.	Специальная физическая подготовка	45	64	64
4.	Техническая подготовка	72	108	108
5.	Тактическая подготовка	37	56	56
6.	Интегральная подготовка	26	40	40
7.	Инструкторская и судейская практика			
8.	Участие в соревнованиях	24	42	42
9.	Контрольные испытания	14	14	14
	<b>Итого часов:</b>	<b>312</b>	<b>468</b>	<b>468</b>

Зам. директора по УВР Селихова С.Н. Селихова



"Утверждаю"

Директор МБОУ ДОД "ДЮОЦ"

С.Н.Котова

" " 2012 г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН по футболу**

**МБОУ ДОД "Детско-юношеского центра"**

**на 2012-2013 уч. год.**



№ п/п	ВИДЫ ПОДГОТОВКИ	Этап подгот.
		ГНП-1
1.	Теоретическая подготовка	14
2.	Общая физическая подготовка	40
3.	Специальная физическая подготовка	46
4.	Техническая подготовка	90
5.	Тактическая подготовка	25
6.	Интегральная подготовка	60
7.	Восстановительные мероприятия	14
8.	Контрольные и переводные испытания	8
9.	Контрольные и календарные игры	11
9.	Медицинское обследование	4
<b>Общее количество часов:</b>		<b>312</b>

Зам. директора по УВР Селихова С.Н.Селихова