

Принята

на Педагогическом совете

протокол № 4

от 16.12.

2013 г.



Приказ № 64 от 30.12.2013г.

**Образовательная программа
муниципального бюджетного образовательного учреждения
дополнительного образования детей
«Отрадненская детско-юношеская спортивная школа»**

г. Отрадное
2013 г.

Содержание:

1. Введение.
2. Информационная справка.
3. Визитная карточка школы.
4. Анализ результативности работы педагогического коллектива по обучению, развитию и воспитанию учащихся; сведения о состоянии нравственного и физического здоровья детей; потребности учащихся, родителей, социума в образовательных услугах.
5. Приоритетные направления в образовании, цели и задачи и ожидаемый результат в рамках общей характеристики учреждения.
6. Взаимодействие спортивной школы с учреждениями системы образования.
7. Учебные программы по видам спорта, реализуемые в МБОУ ДОД «Отраденская детско-юношеская спортивная школа»
8. Учебные планы.
9. Описание особенностей организации учебно-воспитательного процесса, форм обучения учащихся и новых педагогических технологий.
10. Система диагностики результатов.

Введение:

Система дополнительного образования детей Российской Федерации в её новом качественном состоянии развивается на протяжении более 10 лет. Под «дополнительным» понимается мотивированное образование за рамками основного образования, позволяющее человеку приобрести устойчивую потребность в познании и творчестве, максимально реализовать себя, самоопределившись предметно, социально, профессионально, лично.

В концепции модернизации российского образования на период до 2015 года подчёркнута важнейшая роль учреждений дополнительного образования детей как одного из определяющих факторов развития склонностей, способностей и интересов личностного, социального и профессионального самоопределения детей и молодёжи. Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации (далее – Концепция) разработана в целях дальнейшего развития системы на период до 2015 года и взаимосвязана с Основными направлениями социально-экономической политики Правительства Российской Федерации.

Дополнительное образование детей опирается на следующие принципы: гуманизация, демократизация образовательного процесса, индивидуализация, педагогика сотрудничества. Важнейшим принципом дополнительного образования детей является добровольный выбор ребёнком предмета (вида) деятельности, педагога и объединения по интересам. Оно востребовано детьми, родителями, педагогами и обществом в целом, так как позволяет удовлетворять в условиях неформального образовательного процесса разнообразные познавательные интересы личности.

Учреждение дополнительного образования детей создаёт равные «стартовые» возможности каждому ребёнку, чутко реагируя на быстро меняющиеся потребности детей и их родителей, оказывают помощь и поддержку одарённым и талантливым обучающимся, поднимая их на качественно новый уровень индивидуального развития.

Каждое учреждение дополнительного образования детей должно стать организовано-методическим центром по развитию дополнительного образования детей для образовательных учреждений различных типов и видов своего микрорайона, муниципалитета, региона. Государственные учреждения дополнительного образования детей (федеральные, республиканские, краевые, областные) должны осуществлять координирующие, информационно-организаторские, программно-методические функции поддержки развития дополнительного образования детей на уровне субъекта.

МБОУ ДОД «Отраденская ДЮСШ» работает на основе Концепции развития детско-юношеского спорта на 2009-2015 годы. Целью которой является, создание условий для укрепления здоровья населения путем развития инфраструктуры спорта и приобщения различных слоев общества, прежде всего детей, подростков и молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Информационная справка

Полное наименование учреждения:

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей
«Отраденнская детско-юношеская спортивная школа»

Сокращённое наименование учреждения:

МБОУ ДОД «Отраденнская ДЮСШ».

Фактический адрес: 187330 г. Отрадное, Ленинградская область, Кировский район, ул. Железнодорожная д. 20а

Телефоны:

Тел./факс 8 (813-62) 42-421.

Фамилия Имя Отчество	Дата рождения	Занимаемая должность	Образование (что, когда окончил)	Стаж работы в данной должности
Редин Анатолий Михайлович	20.08.1974 г.	Директор	Высшее, ЛГПИ им. Герцена	9 лет
Жужина Ольга Владимировна	17.02.1971 г.	Зам. директора по УВР	Высшее, ЛГОУ им. А.С. Пушкина	16 лет

↔ **Банковские реквизиты:**

Лицевой счёт: 20041058, 2104059, 20041228

Расчётный счёт : 40701810400001002103

ИНН 4706005128

КПП 470601001

ОГРН 1024701330697

БИК 044106001

ГРКЦ ГУ Банка РФ по Ленинградской области и г. Санкт-Петербург

↑ **Устав**

Устав МБОУ ДОД «Отраденнская детско-юношеская спортивная школа» зарегистрирован Межрайонной Инспекцией МНС РФ № 2 по Кировскому району Ленинградской области 23.01.2013 г. Регистрационное свидетельство серия 47 № 003070335

↔ **Лицензия**

Серия РО № 013275

Регистрационный № 262-12 от 05 марта 2012 г.

Лицензия выдана Комитетом общего и профессионального образования
Правительства Ленинградской области - бессрочно

→ **Бухгалтерия – ведется бухгалтерская служба**

Фамилия Имя Отчество	Дата рождения	Занимаемая должность	Образование (что, когда окончил)	Стаж работы в данной должности
Макаренко Светлана Владимировна	30.06.1968 г.	Главный бухгалтер	Высшее, Финансово- экономический институт	14 лет

↑ **Форма оплаты труда тренеров – смешанная**

Спортивно-оздоровительные группы, группы начальной подготовки, оплата почасовая; учебно-тренировочные группы первого, второго, третьего, четвертого, пятого года обучения и группы спортивного совершенствования оплата в % за одного занимающегося.

Визитная карточка

Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного обучения детей «Отраденская детско-юношеская спортивная школа» имеет право ведения образовательной деятельности физкультурно-спортивной направленности:

- ◆ баскетбол;
- ◆ дзюдо;
- ◆ легкая атлетика;
- ◆ волейбол;
- ◆ пауэрлифтинг;
- ◆ футбол;
- ◆ художественная гимнастика;
- ◆ танцевальный спорт;
- ◆ аэробика;
- ◆ тхэквондо;
- ◆ бокс;
- ◆ рукопашный бой;
- ◆ флорбол.

Для организации образовательной деятельности имеется:

Двух этажное здание (Ангар), расположенное по адресу: г. Отрадное, Ленинградская область, Кировский район, ул. Железнодорожная д. 3 и здание Физкультурно-оздоровительного комплекса (ФОК) г. Отрадное, расположенного по адресу: г. Отрадное, Ленинградская область, Кировский район, ул. Железнодорожная д. 20а

Контингент занимающихся:

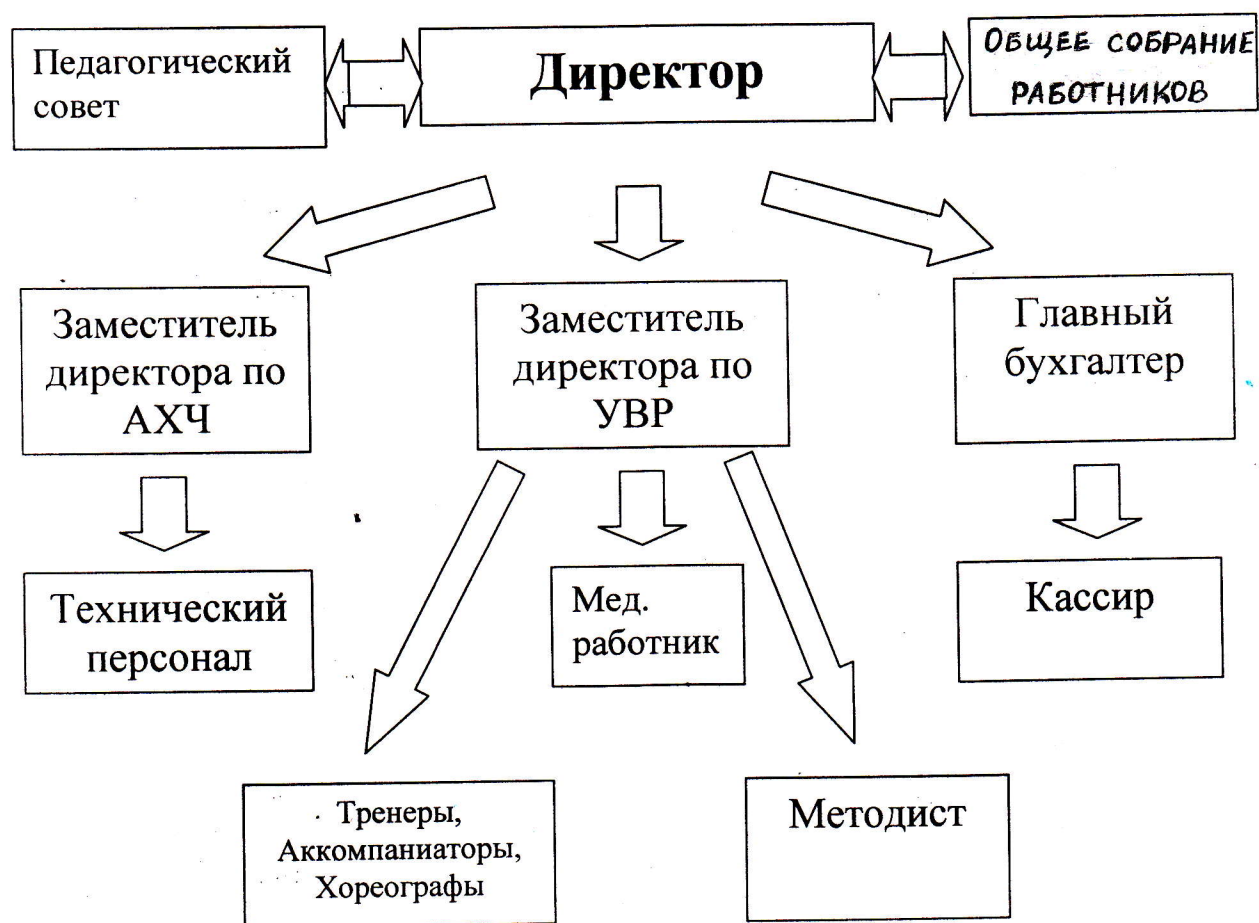
Отделения по видам спорта	Возраст Занимающихся в ДЮСШ (чел)						Количество групп					Количество учащихся				Всего учащихся
	До 5	5-9 лет	10-14 лет	15-17 лет	18 лет	6-15 лет	сог	нп	утг	сс	Итого	сог	нп	утг	сс	
Баскетбол		7	28	5	-	40	2				2	40				40
Дзюдо		20	29	6	-	49	2	1			3	35	20			55
Легкая атлетика		-	20	19	1	12	2				2	40				40
Танцевальный спорт		42	46	1	-	85	1	3	1		5	20	54	15		89
Пауэрлифтинг			3	61	9	19		5			5		73			73
Футбол		80	20	-	-	100	3	2			5	60	40			100
Флорбол		-	29	11	-	33	1	1			2	20	20			40
Художественная гимнастика		68	11	1	-	55	2	1	2	1	6	40	20	19	1	80
Волейбол		39	9	12	-	54	2	2			4	30	30			60

АЭРОБИКА		11	17	23	14	51	3				3	65				65
Бокс		-	55	13	2	57	2	2	1		5	30	30	10		70
Тхэквондо		20	34	6	-	56	2	1			3	40	20			60
РУКОПАШ.		14	18	4	4	32	1	1			2	20	20			40
ИТОГО:		301	319	162	30	643	23	19	4	1	47	440	327	44	1	812

МБОУ ДОД «Отраденская ДЮСШ» обеспечена педагогическими кадрами. Из бывших воспитанников в ДЮСШ работает несколько тренеров-преподавателей: Виноградова Л.В. – отделение баскетбола, Дробинин Г.В. - отделение футбола, Андреев Н.В.- отделение волейбола, Кучумов С.А. - отделение пауэрлифтинга.

Административное управление школой.

МБОУ ДОД «Отрадененская ДЮСШ»



Особенности организации учебно-воспитательного процесса

1. Построение учебно-тренировочного процесса с учётом реальных учебных возможностей.
2. Формирование групп с учётом возраста обучающихся.
3. Организация оздоровительной работы во время проведения тренировочных занятий и вне тренировок (лечебно-профилактическая работа врача спортивной школы, санитарно-гигиенические требования к организации тренировочных занятий).
4. Особенности составления расписания:
 - ◆ Продолжительность одного занятия не должна превышать:
 - в спортивно-оздоровительных группах и группах начальной подготовки – 2 часа;
 - в учебно-тренировочных группах 3 академических часа;
 - в группах, где учебная нагрузка составляет более 20 часов в неделю – 5 академических часов.
 - ◆ ДЮСШ полностью обеспечивает образовательный процесс материально-техническими, информационными средствами, квалифицированными педагогическими кадрами в соответствии с общими требованиями к дополнительному образованию.
 - ◆ Режим занятий регламентируется правилами внутреннего распорядка и санитарно-гигиеническими требованиями к образовательному процессу.
 - ◆ Общее расписание составляется администрацией ДЮСШ по представлению тренеров-преподавателей с учётом пожеланий родителей, наиболее благоприятного режима тренировок и отдыха учащихся, их возрастных особенностей и установленных санитарно-гигиенических норм.

Характеристика учебно-тренировочной базы школы

МБОУ ДОД «Отраденская детско-юношеская спортивная школа» расположена в центре г. Отрадное ул. Железнодорожная д.20а (ФОК), второе помещение спортивной школы находится по адресу: ул. Железнодорожная д.3 Спорткомплекс Ангара. Общая площадь МБОУ ДОД «Отраденская детско-юношеская спортивная школа» составляет – 3648,7 м².

Площадь помещений:

- ул. Железнодорожная д. 20а – 2917,7 м²
- ул. Железнодорожная д.3 - 731,0 м².

«Отраденская детско-юношеская спортивная школа» ул. Железнодорожная д. 3 расположена в приспособленном помещении Ангара с 2-этажной кирпичной пристройкой. На 1-ом этаже расположены 2 спортивных зала (большой зал и тренажерный зал), 2 раздевалки, 1 туалет, душ, комната отдыха, сауна. На 2-ом этаже расположены тренерская и кладовая. Школа имеет центральную систему отопления, водоснабжения и электричества (автономного источника питания нет).

Здание имеет 1 выход на улицу и 2 эвакуационных выхода, подвальных помещений нет. На 2-ом этаже имеется пожарный выход.

- Физкультурно-оздоровительный комплекс с универсальным игровым залом, тренажёрным залом и залом хореографии: ул. Железнодорожная д.20а расположен в 2-х этажном здании. Имеет центральную систему отопления, водоснабжения, кондиционирования и электричества (автономного источника питания нет). Спортзалы имеют 5 эвакуационных выходов на улицу, подвальных помещений нет.

Арендаторов школа не имеет.

Анализ результативности работы педагогического коллектива по обучению, развитию и воспитанию учащихся; сведения о состоянии нравственного и физического здоровья детей; потребности учащихся, родителей, социума в образовательных услугах.

В настоящее время МБОУДОД «Отраденская детско-юношеская спортивная школа» осуществляет образовательную деятельность физкультурно-спортивной направленности по учебным программам: баскетбол, дзюдо, лёгкая атлетика, танцевальный спорт, пауэрлифтинг, футбол, художественная гимнастика, аэробика, волейбол, тхэквондо, бокс, рукопашный бой, флорбол.

Потребность детей и их родителей на образовательные услуги, оказываемые спортивной школой, исследованы педагогическим коллективом детско-юношеской спортивной школы.

Муниципальный заказ на представляемые школой образовательные услуги по баскетболу, дзюдо, лёгкой атлетике, танцевальному спорту, пауэрлифтингу, футболу, художественной гимнастике, волейболу, тхэквондо, боксу, рукопашному бою, флорболу, аэробике обусловлен тарификацией школы и объемом финансирования. На 2013-2014 учебный год это 47 учебных групп с общим количеством обучающихся 812 человек.

В последнее время социум оказывает все большее влияние на спектр оказываемых образовательных услуг – люди, интересуются вопросами организации отдыха, физкультуры, спорта, досуга и культуры. Таким образом, учреждение дополнительного образования должно быть готово к удовлетворению разнообразных индивидуальных и социальных потребностей населения всех возрастов, быть доступным для всех слоев населения.

Для успешного функционирования МБОУ ДОД «Отраденской ДЮСШ» необходимо, чтобы диапазон его образовательной деятельности формировался на основе выявленных интересов и потребностей потенциальных потребителей.

С целью выявления социального заказа, адресованного МБОУ ДОД «Отраденская ДЮСШ», были изучены образовательные потребности обучающихся и их родителей.

Для понимания сознательного заказа родителей педагогическим коллективом МБОУ ДОД «Отраденнская детско-юношеская спортивная школа» была разработана и проведена анкета.

Изучению и анализу подверглись следующие вопросы:

1. Степень привлекательности для родителей и обучающихся «Отраденнской ДЮСШ» качество занятий, компетентность тренеров-преподавателей.
2. Польза для ребенка от занятий, с точки зрения родителей.
3. Мотивация, по которой ребенок стал посещать МБОУ ДОД «Отраденнская ДЮСШ».
4. Ожидание родителей от занятий ребенка в ДЮСШ.

В анкетировании приняли участие 396 родителей, (43 – отделение танцевального спорта, 26 - отделение легкой атлетики, 63 – отделение футбола, 43 – отделение художественной гимнастики, 33- отделение тхэквондо, 45- отделение аэробики, 19- отделение пауэрлифтинга, 29- отделение волейбола, 20- отделение бокса, 40- отделение рукопашного боя, 35- отделение флорбола что составило 49% от общего числа родителей учащихся «Отраденнской ДЮСШ»).

Более 87% родителей принявших участие в анкетировании, ценят возможность для ребенка интересно и с пользой провести свободное время, возможность общения со сверстниками, возможность достичь высоких результатов в спорте, проявить себя.

75% родителей, считают что, занимаясь в МБОУ ДОД «Отраденнская ДЮСШ», их ребенок физически развивается, укрепляет свое здоровье. Кроме того, родители считают, что спортивная школа и тренеры-преподаватели готовят ребенка к вхождению во взрослую жизнь, вырабатывают привычку к режиму, дисциплине, ответственности.

Пользу от занятий признают 100% родителей. По их мнению, она заключается в том, что спорт помогает становлению личности ребенка, и в этом важную роль родители отводят тренерам-преподавателям. Занятия спортом формируют в детях такие важные качества как целеустремленность, силу воли, уверенность в себе, упорство в достижении цели, умение самостоятельно принимать решения и оценивать последствия этих решений. Дети, занимаясь спортом, овладевают не только физическими, но и коммуникативными навыками, учатся побеждать и проигрывать, быть тактичными по отношению к соперникам, людям.

Среди мотивов посещения ребенком «Отраденнской детско-юношеской спортивной школы» важное место занимают психическое, личностное и физическое развитие ребенка.

Кроме того, родители указывают на то, что детям интересен тот вид спорта, которым они занимаются. Им нравится участвовать в соревнованиях - возможность испытать свои силы, ребенок может общаться с другими детьми без возрастных барьеров, которые зачастую существует в общеобразовательных школах.

Большинство родителей 78% одним из мотивов посещения ребенком детско-юношеской спортивной школы выделяют возможность ребенка общаться с тренером-преподавателем, который оказывает на него положительное влияние.

Навыки, которые ребенок получил в ДЮСШ, помогут ему поступить в ВУЗ, достигнуть высоких результатов в том виде спорта, которым он занимается, быть физически здоровым.

Для выяснения образовательных потребностей обучающихся, так же была разработана и проведена анкета на отделениях, «дзюдо», «лёгкая атлетика», «футбол», «художественная гимнастика».

Изучались следующие вопросы:

- отношение к спортивной школе
- отношение к тренеру-преподавателю, коллективу сверстников
- мотивы посещения спортивной школы
- удовлетворенность качеством учебно-тренировочного процесса
- самочувствие и эмоциональное состояние обучающихся после занятий в спортивной школе
- планы на будущее, связанные со спортом.

Анализ полученных данных производился с учетом отделения (вида спорта) и возраста учащихся:

5 -10 лет, 11-14 лет, 15-18 лет.

Основные выводы таковы:

Большинству обучающихся данных отделений (дзюдо, лёгкая атлетика, футбол, художественная гимнастика) независимо от возраста нравится «Отраденская детско-юношеская спортивная школа».

МБОУДОД «Отраденская ДЮСШ» привлекает детей. Прежде всего, возможностью достижения высоких спортивных результатов, участием в соревнованиях, где можно испытать свои силы, возможностью общения со сверстниками. Обучающиеся отмечают, что ДЮСШ дает им чувство уверенности в себе, чувство удовлетворенности собой, здесь они интересно и полезно проводят свободное время.

Среди мотивов, по которым дети посещают ДЮСШ, преобладают следующие:

- возможность укрепления здоровья,
- участие в соревнованиях,
- общение с тренерами,
- общение со сверстниками
- привлекательность вида спорта
- возможность заниматься любимым делом.

Удовлетворенность общением с тренером-преподавателем высока во всех возрастных группах, на всех отделениях существует тенденция к росту (чем старше дети, тем большее значение они придают личностным качествам тренера и тем больше стремятся получать не только знания, но и удовольствие от общения с тренером). Тренер-преподаватель, по мнению учащихся, должен быть не только профессиональным в спорте, но и обладать следующими качествами: доброта, терпеливость, общительность, справедливость, целеустремленность, чувство юмора, ум, тактичность.

Удовлетворенность качеством учебно-тренировочного процесса высока во всех возрастных группах на данных отделениях: дзюдо, лёгкая атлетика, футбол,

художественная гимнастика. Это свидетельствует о том, что обучающиеся высоко оценивают профессиональную компетентность своего тренера, уважают в нем мастера своего дела. Методы и средства, которые использует тренер-преподаватель в тренировочном процессе, они считают правильными и необходимыми.

Самочувствие и эмоциональное состояние обучающихся после занятий в спортивной школе характеризуется в основном хорошим настроением, несмотря на усталость. Многие обучающиеся отметили, что по окончании спортивной школы они продолжают занятия спортом, а кто-то даже выберет профессию, связанную со спортом. Следовательно, образовательная деятельность МБОУ ДОД «Отраденской детско-юношеской спортивной школы» основана на интересах и потребностях ее потенциальных потребителей.

Приоритетные направления в образовании, цели и задачи и ожидаемый результат в рамках общей характеристики учреждения.

Цели и задачи образовательной деятельности.

Основная цель программы: воспитание физически и нравственно развитого юного гражданина России, укрепление здоровья детей, подростков, юношей и девушек путем приобщения детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, а также создание необходимых условий для самореализации спортивно-одаренных детей.

Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки и предполагает решение следующих основных задач:

- ↯ Привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
- ↯ Содействие всестороннему, гармоническому физическому развитию и укреплению здоровья обучающихся.
- ↯ Воспитание высоких волевых и морально-этических качеств.
- ↯ Подготовки инструкторов и судей по культивируемым видам спорта.
- ↯ Подготовка спортсменов высокой квалификации для успешных выступлений в сборных командах России.
- ↯ Профилактика вредных привычек и правонарушений.
- ↯ Развитие способностей к творчеству и исполнительному мастерству в различных видах спорта.

Приоритетные направления деятельности школы.

Главной научно-методической целью работы спортивной школы является поиск путей и способов выполнения социального заказа общества к дополнительному образованию за счет создания личностно ориентированного образовательного процесса.

Педагогическое направление деятельности коллектива МБОУ ДОД «Отраденская детско-юношеская спортивная школа» связано с созданием внутри школы особого образовательного пространства, ориентированного на обучение и воспитание физически и нравственно развитого человека. Это образовательное пространство должно создать психологический комфорт для каждого обучающегося, решить проблему досуга и использования свободного времени, создать условия для укрепления здоровья средствами физической культуры и спорта. Создать необходимые условия для обеспечения подготовки спортивного резерва района и области.

Ожидаемые результаты реализации образовательной программы.

Ожидаемые результаты реализации данной образовательной программы неразрывно связаны с моделью выпускника школы. А это:

- ↯ личность, заботившаяся о своем физическом здоровье и владеющая знаниями и умениями по его сохранению и развитию.
- ↯ личность, способная самостоятельно находить выход из проблемной ситуации.
- ↯ личность, готовая к осознанному выбору и освоению образовательных программ, отдельных областей знаний с учетом склонностей, сложившихся интересов и индивидуальных возможностей;
- ↯ личность, способная к саморазвитию и самоизменению;
- ↯ личность, обладающая разносторонними двигательными умениями и навыками, физически подготовленная, с высоким уровнем культуры;
- ↯ личность, руководствующаяся в своей жизнедеятельности общечеловеческими ценностями и нормами, воспринимающая и другого человека как личность, имеющую право на свободу выбора самовыражения;

Если удастся добиться у выпускников спортивной школы указанных качеств, способностей, можно с уверенностью сказать, что результат реализации данной программы положителен.

Предшествующие выпуски спортивной школы показали, что большинство, прошедших обучение в нашей школе, соответствовали предъявленной модели выпускника.

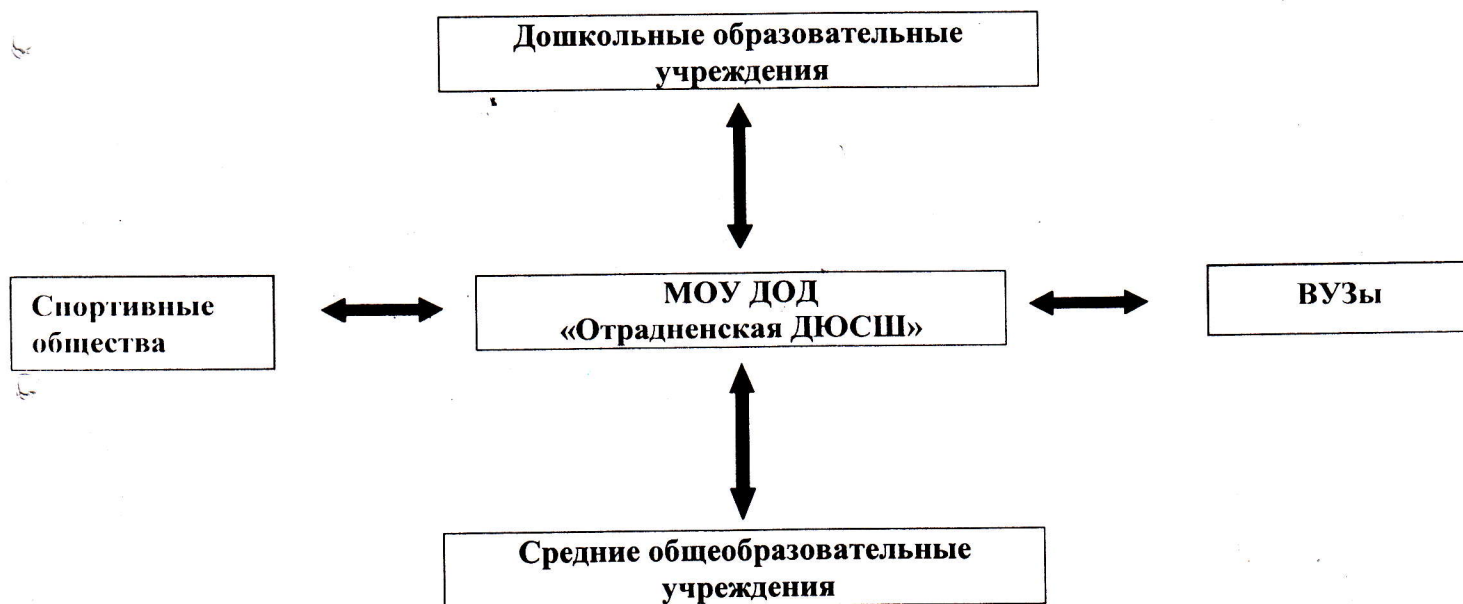
«Взаимодействие спортивной школы с учреждениями системы образования».

Современное общество предъявляет особые требования к роли и качеству образования наших детей. Одной из самоценных подсистем образования, решающих эту задачу сегодня, являются учреждения дополнительного образования детей.

Деятельность нашего учреждения востребована со стороны учащихся, их родителей и школы. В рамках дополнительного образования осуществляется лично - ориентированный подход, при этом реализуется право выбора ребенка на свой образовательный маршрут.

В нашем учреждении широкий выбор образовательных программ.

Полная реализация этих программ возможна в тесной взаимосвязи с дошкольными, общеобразовательными учреждениями, а также с учреждениями дополнительного образования детей и спортивными обществами.



Программы реализуемые в МБОУ ДОД «Отраденская детско-юношеская спортивная школа»

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Образовательный процесс строится на утвержденных модифицированных образовательных программах. Характер программ - оздоровительный, начальной подготовки, учебный, спортивного совершенствования. Средства, методы и формы обучения и воспитания соответствуют статусу учреждения и направлению его деятельности в соответствии с этапами обучения в учреждении.

ВИДЫ ПРОГРАММ, РЕАЛИЗУЕМЫХ В УЧРЕЖДЕНИИ

№ п/п	Вид спорта, тренер-преподаватель	Наименование программы	Нормативный срок освоения	Численность обучающихся по реализуемой образоват. программе
1	<u>Художественная гимнастика</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР, утверждённой Государственным Комитетом РФ по физической культуре, спорту и туризму в 1991 г. под общим методическим руководством Федерации х/г Российской Федерации.	до 12 лет	80 чел.
2	<u>Дзюдо</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе учебной программы для учреждений дополнительного образования М., 2003 г. И.Д. Свищёв	до 12 лет	40 чел.

3	<u>Бокс</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2010г., А.О. Акопян	до 12 лет	70 чел.
4	<u>Рукопашный бой</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2004., Акопян, Королёв	до 12 лет	40 чел
5	<u>Танцевальный спорт</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 1994 г., Левочкина О.Е.	до 12 лет	89 чел.

6	<u>Аэробика</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2000 г. Рубакер Н.А.	до 12 лет	40 чел.
7	<u>Футбол</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе поурочной программы подготовки юных футболистов. 2012г., Годик М.А., Мосягин С.М, Швыков И.А.	до 12 лет	100 чел.
8	<u>Флорбол</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе программы для ДЮСШ, Федерацией «Союза флорбола России»	до 12 лет	40 чел.
9	<u>Баскетбол</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2009г., Портнов Ю.М.	до 12 лет	40 чел.
10	<u>Волейбол</u>	Модифицированная образовательная программа,	до 12 лет	60 чел.

		разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2005 г. Ю.Д. Железняк		
11	<u>Пауэрлифтинг</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2006 г. А.Н. Бычков	до 12 лет	73 чел.
12	<u>Тхэквондо</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2009 г., Ю.Б. Калашников	до 12 лет	60 чел.
13	<u>Лёгкая атлетика</u>	Модифицированная образовательная программа, разработана на основе типовой программы для ДЮСШ, СДЮСШОР М., 2005 г., Ушаков А.А.	до 12 лет	40 чел.

В учреждении реализуются Модифицированные образовательные программы по баскетболу, дзюдо, легкой атлетике, танцевальному спорту, пауэрлифтингу, футболу, художественной гимнастике, аэробике, волейболу, тхэквондо, рукопашному бою, боксу, флорболу.

Образовательная программа предусматривает последовательность изучения и освоения материала по технической, тактической, специальной физической, психологической, теоретической подготовке в соответствии с этапами и годами обучения, освоение материала по всесторонней физической подготовке в соответствии с возрастом занимающихся.

Минимальный возраст детей для зачисления в учреждение с 5 лет. Максимальный возраст обучающихся – 18 лет. Режим образовательной деятельности учреждения делится на 4 этапа обучения.

1. **Спортивно-оздоровительный этап** – на этот этап подготовки зачисляются дети 5-18-летнего возраста, желающие заниматься, независимо от их одаренности, способности, уровня физического развития и подготовленности, не имеющие медицинских противопоказаний.
2. **Этап начальной подготовки** – на этап начальной подготовки зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и имеющие письменное разрешение врача-педиатра. На этапе начальной подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники

избранного вида спорта, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки.

3. **Учебно-тренировочный этап** – формируется на конкурсной основе из здоровых и практически здоровых учащихся, прошедших необходимую подготовку не менее 1 года и выполнивших приемные нормативы по общей и специальной физической подготовке. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общей и специальной физической подготовке.
4. **Этап спортивного совершенствования** – уровень общего и специального физического развития, функционального физического развития, функционального состояния обучающихся; динамика спортивных достижений, результаты выступлений в официальных региональных и всероссийских соревнованиях; зачисление воспитанников, спортивной школы, в училища олимпийского резерва и школы высшего спортивного мастерства.

Оценки содержания и результатов реализации образовательных программ.

Учебная программа построена с учетом рекомендаций, представленных в нормативно-правовых документах, регулирующих деятельность МБОУ ДОД «Отраденская детско-юношеская спортивная школа».

В учебной программе определено содержание спортивной тренировки, соревновательной и внесоревновательной деятельности обучающихся. Приведены целесообразные способы организации обучения двигательными действиями. Учебная программа является информационной моделью педагогической системы, представляющей собой организованную совокупность взаимосвязанных средств, методов и прогрессов, необходимых для создания целенаправленного педагогического воздействия на формирование личности с качествами, необходимыми обучающемуся для достижения высоких спортивных результатов.

Учебная программа играет ведущую роль в раскрытии содержания обучения спортсменов и применении организационных форм обучения и совершенствования подготовки спортсменов, направленной на выработку навыков, усвоения знаний и формирование важнейших личностных качеств обучающихся в условиях многолетней подготовки.

Программа рассчитана на обучение учащихся:

- в группах начальной подготовки (3 года);
- в учебно-тренировочных группах (5 лет);
- в группах спортивного совершенствования (3 года);
- в спортивно-оздоровительных группах (весь период).

Образовательная программа носит характер последовательного перечня и описания основных средств подготовки учащихся в соответствии с этапами обучения.

Компоненты системы многолетней подготовки

№ п/п	Группы подготовки Компоненты системы подготовки	Группа начальной подготовки (НП)	Учебно-тренировочные группы (УТГ)	Группы спортивного совершенствования (СС)
1	Этапы подготовки	Этап начальной подготовки	Этап углублённой спортивной специализации	Этап спортивного совершенствования
2	Спортсмены	Новички, проявляющие интерес к знаниям по видам спорта (баскетбол, футбол, легкая атлетика, волейбол и др.), успевающие в школе, допущенные врачом.	Новички, II юношеский, III юношеский взрослый разряд, пригодные к дальнейшей подготовке в спорте, имеющие достаточный уровень гармонического развития.	16-17 лет, I взрослый, кандидаты в мастера спорта, с высоким уровнем технико-тактической подготовленности, психологически устойчивые.
3	Тренеры	Владеть методами отбора, начальной подготовки и формирования мотивации к занятиям спорта.	Знать принципы планирования тренировки и методику проведения групповых занятий с разрядниками.	Владеть современной методикой подготовки спортсменов и навыками организатора спорта.
4	Цели подготовки	Сформировать и закрепить мотивацию к занятиям спортом, укрепить здоровье, овладеть основами выбранного вида спорта, повысить физическую подготовленность.	Содействовать гармоническому развитию и углубленному овладению худ. гимнастикой, футболом, спортивными танцами.	Создать предпосылки к дальнейшему совершенствованию спортивного мастерства, укреплению здоровья, физической подготовки к предстоящей профессиональной деятельности.
5	Основные задачи по спортивной подготовке	Отобрать и укомплектовать группы.	Выполнить нормативы II юношеского, I юношеского и II взрослого разрядов.	Выполнить норматив I спортивного разряда, КМС и их подтвердить.
6	Воспитательная работа	Патриотическое воспитание, формирование здорового образа жизни.	Воспитывать чувство долга перед Родиной и коллективом.	Сохранение и развитие чувства гордости за свою страну, регион; осознание необходимости увековечения памяти знаменательных событий истории Отечества.
7	Учебно-тренировочный процесс: а) психическая подготовка б) техническая подготовка в) тактическая подготовка г) Физическая подготовка	Сформировать мотивацию к занятиям . Овладеть основами техники. Сформировать общее представление о тактике. Заложить базу всестороннего физического развития на основе широкого применения	Повысить уровень мотивации, ответственности, сознания, самостоятельности. Воспитать психическую устойчивость к условиям соревнований. Углубить овладение основами техники, овладеть базовыми действиями. Освоить основные способы тактической подготовки . Заложить базу специальной физической подготовленности путём использования специальных упражнений.	Сформировать качества, присущие общественно полезной личности. Повысить психическую устойчивость к условиям соревнований, сформировать мотивацию повышения спортивного мастерства. Совершенствовать базовые действия . Овладеть тактическими подготовками , овладеть основами тактики участия в соревнованиях. Индивидуализировать ОФП и СФП с преимущественным развитием мышечных групп, участвующих в реализации

	д) теоретическая подготовка	средств ОФП. Создать представление о системе занятий.	Создать представление о системе подготовки и контроля за состоянием спортсмена.	«излюбленных» действий атаки, защиты, контратаки. Совершенствовать знания о системе подготовки (вопросы применения средств и методов тренировки, анализ эффективности тренировки, медицинский, психологический и педагогический контроль).
	е) Соревновательная деятельность	Участвовать в соревнованиях группы, школы.	Участвовать в школьных, городских, областных и всероссийских соревнованиях.	Участвовать в городских, всероссийских и международных соревнованиях.
8	Организация процесса тренировки.	Методы обучения и тренировки.	Современные методы обучения и тренировки.	Инновационные методы обучения, тренировки и совершенствования.
9	Инвентарь и материально-техническое обеспечение.	Инвентарь серийного производства, обычная спортивная форма.	Инвентарь серийного производства, обычная спортивная форма.	Инвентарь серийного производства и импортный. Форма повышенного качества отечественного производства.
10	Условия подготовки.	Спортивный зал, игровые площадки, спортивный лагерь, стадион, лыжная база.	Спортивный зал, игровые площадки, спортивный лагерь, стадион, периодические выезды на сборы и соревнования.	Специальная организация учебы, работы, быта в связи с выездами на сборы и соревнования.
11	Питание.	Своевременное и достаточно разнообразное.	Своевременное и достаточно разнообразное питание, витамины.	На учебно-тренировочных сборах - специальное.
12	Медицинское и научно-методическое обеспечение.	Поэтапный медосмотр, применение простейших тестов.	Поэтапный медосмотр, применение простейших тестов.	Поэтапный медосмотр, эпизодический контроль, углублённое медицинское обследование.
13	Средства восстановления	Душ, баня.	Душ, баня, самомассаж, активный отдых.	Душ, баня, массаж, физиотерапевтические и психологические, активный отдых.
14	Ограничения функционирования системы подготовки	Отсутствие специфических способностей к занятиям спортом, возрастные особенности развития организма.	Функциональные особенности развития организма в связи с половым созреванием, диспропорция в развитии между сердечно-сосудистой и дыхательной системами и опорно-двигательным аппаратом.	Уровень индивидуальной одарённости к занятиям спортом, недостатки в отдельных видах подготовленности, трудности приспособления к жестким тренировочным и соревновательным нагрузкам, смена мотивации в связи с учёбой, работой, отношением родителей.
15	Система контроля процесса подготовки а) организация	Наполняемость групп, систематичность посещения занятий.	Наполняемость и качество групп, чередование и направленность нагрузок в недельном микроцикле.	Количество спортсменов, занимающихся длительное время, их подготовленность.
	б) социально-психологическая	Степень дисциплинированности, культура поведения в быту, в учёбе, на работе, во время занятий борьбой, успеваемость в школе, отношение к товарищам, к занятиям спортом, психическая устойчивость.		
	в) техническая	Уровень владения захватами, передвижениями, простейшими формами борьбы, атакующими действиями согласно программе.	Степень владения структурой базовых действий атаки, защита, контратаки, умение применять их на соревнованиях.	Степень овладения базовыми действиями атаки, защиты, контратаки, наличие арсенала «излюбленных» действий, комбинаций и их эффективность в соревнованиях.

	д) физическая	Выполнение контрольных нормативов по ОФП, по технико-тактической подготовке.	Периодическое выполнение контрольных нормативов по ОФП, СФП, технико-тактической подготовке.
	е) теоретическая	Зачёт по вопросам теории и методики спортивной тренировки в объеме, предусмотренном программой подготовки.	
	ж) соревновательная	контроль за динамикой спортивных достижений и эффективностью соревновательной деятельности по показателям, характеризующим технико-тактическое мастерство, специальную выносливость и психическую устойчивость.	
16	Ожидаемые результаты	Комплектование учебных групп спортсменами, пригодными для занятий спортом. Гармоническое развитие, овладение основами техники спорта. Выполнение переводных и контрольных нормативов. Перевод занимающихся в учебно-тренировочную группу.	Повышение уровня ОФП и СФП, углублённое овладение базовой техникой и тактикой. Выполнение требований по спортивной подготовке. Перевод в группу спортивного совершенствования – 50% от общего числа занимающихся.
			Закрепление в составе сборных команд города, области, зачисление в сборные команды области. Повышение уровня ОФП и СФП.

Учебные планы.

Учебный план строится из расчёта 46 недель в условиях спортивной базы образовательного учреждения и 3 недели для подготовки в спортивно-оздоровительном лагере. Программа предусматривает увеличение объёма часов на технико-тактическую подготовку, специальную физическую подготовку, психологическую подготовку и относительное уменьшение времени на общую физическую подготовку. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки.

Годовой учебный план отделения пауэрлифтинга:

Разделы подготовки	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ				
	СОГ (36 нед)	НП-1 (39 нед.)	НП-2 (42 нед)	УТГ-1-2 (46 нед)	УТГ-3-4-5 (46 нед)
	(6 час)	(6час)	(9час)	(12час)	(18час)
Теоретическая подготовка	6	6	12	20	26
Физическая подготовка :	210	228	366	532	802
Общезначительная подготовка	114	132	160	255	288
Специально-физическая подготовка	90	90	200	255	488
Выполнение контрольных нормативов	6	6	6	14	16
Соревновательная подготовка	Согласно календаря соревнований				
Медицинское обследование	Согласно графика				
Инструкторская и судейская практика	--	--	--	8	10
Общее количество часов	216	234	378	552	828

Годовой учебный план отделения спортивных танцев:

Разделы подготовки	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ				
	СОГ (36 нед)	НП-1 (39 нед.)	НП-2 (42 нед)	УТГ-1-2 (46 нед)	УТГ-3-4-5 (46 нед)
	(6 час)	(6час)	(9час)	(12час)	(18час)
ТЕОРИЯ	10	10	24	24	36
ПРАКТИКА :	206	224	354	528	792
Общая физическая подготовка	90	87	110	110	130
Специально-физическая подготовка	36	36	86	110	180
Техническая подготовка	46	49	88	155	180
Тактическая подготовка	--	18	29	86	180
Игровая подготовка	26	26	33	55	110
Выполнение контрольных нормативов	8	8	8	12	12
Соревновательная подготовка	Согласно календаря соревнований				
Восстановительные мероприятия	В процессе исполнения учебного плана				
Медицинское обследование	Согласно графика				
Инструкторская и судейская практика	--	--	--	7	12
Общее количество часов	216	234	378	552	828

Годовой учебный план отделения футбола:

Базисный компонент	Учебные группы						
	СОГ (36нед) (д)	ГНП (39нед) (42 нед)		УТГ (46 недель)			
		1	2-3	1	2	3	4
	(6час)	(6час)	(9час)	(12час)	(12час)	(18час)	(18час)
ТЕОРИЯ	4	4	6	21	30	38	44
ПРАКТИКА	212	230	372	531	522	790	784
Общая физическая подготовка	92	92	100	128	128	192	187
Специальная физическая подготовка	25	25	28	46	46	71	94
Техническая подготовка	91	109	145	190	190	263	268

Тактическая подготовка			39	60	60	100	100
Учебные и тренировочные игры			54	99	88	152	121
Медицинское обслуживание	Согласно плана - графика						
Восстановительные мероприятия	Согласно плана - графика						
Выполнение приемных и переводных нормативов	4	4	6	8	10	12	14
Участие в соревнованиях	Согласно календаря соревнований						
ВСЕГО ЧАСОВ	216	234	378	552	552	828	828

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОТДЕЛЕНИЯ БАСКЕТБОЛА:

Базовый компонент	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ							
	СОГ (36 нед) (6 час.)	ГНП (39нед) (42нед)		УТГ (46 недель)				
		1 (6 час.)	2-3 (9 час.)	1 (12час.)	2 (12час.)	3 (18час.)	4 (18час.)	5 (18час.)
ТЕОРИЯ	6	10	24	32	32	46	50	70
ПРАКТИКА:	210	224	354	520	520	782	778	748
Общая физическая подготовка	60	60	93	103	86	133	114	120
Специальная физическая подготовка	40	40	56	78	80	126	142	130
Техническая	78	78	81	95	84	124	124	80
Тактическая подготовка	20	30	54	73	70	115	100	116
Игровая подготовка	8	8	54	155	184	260	278	282
Выполнение приемных и контрольных испытаний и УМО	4	8	16	16	16	24	20	20
Участие в соревнованиях	Согласно календаря соревнований							
Медицинское обследование	Согласно плана - графика							
Восстановительные мероприятия	В процессе исполнения учебного плана:							
Инструкторская и судейская практика								
Всего часов	216	234	378	552	552	828	828	828

Годовой учебный план отделения художественной гимнастики:

Базисный компонент	СОГ (36 нед.)		НП		УТГ (46 недель)				ГСС (52 недели)	
	3 час	6 час	(39 нед)	42(нед)	1	2	3	4-5	1	2
			1	2						
Общая физическая подготовка	40	86	50	72	92	92	130	130	165	60
Специально-физич. подготовка	43	86	50	72	92	92	130	130	165	270
Техническая подготовка	19	38	128	228	342	342	482	482	726	934
Контрольные нормативы	6	6	6	6	10	10	70	70	70	70
Соревнования	Согласно календаря спортивно-массовых мероприятий									
Восстановительные мероприятия	Согласно плана - графика									
Медицинское обследование	Согласно плана - графика									
Психологическая подготовка	В процессе учебно-тренировочных занятий									
Теоретическая подготовка					16	16	16	16	22	22
Инструкторская и судейская практика									100	100
Общее количество часов	108	216	234	378	552	552	828	828	1248	1456

Годовой учебный план отделения легкой атлетики:

Разделы подготовки	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ				
	СОГ (36 нед)	НП-1 (39 нед.)	НП-2 (42 нед)	УТГ-1-2 (46 нед)	УТГ-3-4-5 (46 нед)
	(6 час)	(6час)	(9час)	(12час)	(18час)
Теоретическая подготовка	6	6	12	20	26
Физическая подготовка :	210	228	366	532	802
Общезначительная подготовка	114	132	160	255	288
Специально-физическая подготовка	90	90	200	255	488
Выполнение контрольных нормативов	6	6	6	14	16
Соревновательная подготовка	Согласно календаря соревнований				
Медицинское обследование	Согласно графика				
Инструкторская и судейская практика	--	--	--	8	10
Общее количество часов	216	234	378	552	828

СОГЛАСОВАНО
Специалист КО

М.В. Сереброва

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОТДЕЛЕНИЯ ФЛОРБОЛА

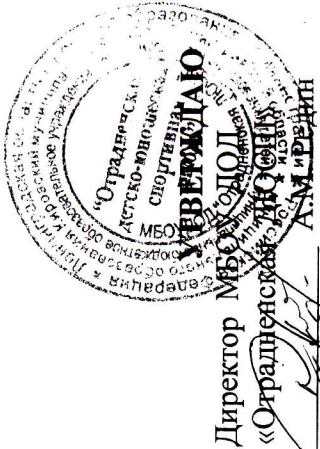
УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ

Базовый компонент	СОГ (36 нед)	ГНП (42 нед)			УТГ (46 недель)					ГСС (52 недели)		
		1 (6 час.)	2-3 (9 час.)	1 (12 час.)	2 (12 час.)	3 (18 час.)	4 (18 час.)	5 (18 час.)	1 (24 час.)	2 (28 час.)	3 (28 час.)	
ТЕОРИЯ	6 (6 час.)	10	24	32	32	46	50	70	150	180	220	
ПРАКТИКА:	210	224	354	520	520	782	778	748	1098	1276	1236	
Общая физическая подготовка	60	60	93	103	86	133	114	120	107	108	110	
Специальная физическая подготовка	40	40	56	78	80	126	142	130	121	130	150	
Техническая	78	78	81	95	84	124	124	80	108	100	100	
Тактическая подготовка	20	30	54	73	70	115	100	116	125	140	160	
Игровая подготовка	8	8	54	155	184	260	278	282	571	732	630	
Выполнение приемных и контрольных испытаний и УМО	4	8	16	16	16	24	20	20	36	36	56	
Участие в соревнованиях												
Медицинское обследование												
Восстановительные мероприятия												
Инструкторская и судейская практика												
Всего часов	216	234	378	552	552	828	828	828	1248	1456	1456	

Согласно календаря соревнований

Согласно плана - графика

В процессе исполнения учебного плана



Директор МБОУДОЛ
«Отрадский районный спортивный клуб «Отрадский»»
А.М. ГРЭДИН

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОТДЕЛЕНИЯ АЭРОБИКИ:

Базовый компонент	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ							
	СОГ (36 нед) (6 час.)	ГНП (39нед) (42нед)		УТГ (46 недель)				
		1 (6 час.)	2-3 (9 час.)	1 (12час.)	2 (12час.)	3 (18час)	4 (18час)	5 (18час)
ТЕОРИЯ	6	10	24	32	32	46	50	70
ПРАКТИКА:	210	224	354	520	520	782	778	748
Общая физическая подготовка	60	60	93	103	86	133	114	120
Специальная физическая подготовка	40	40	56	78	80	126	142	130
Техническая	78	78	81	95	84	124	124	80
Тактическая подготовка	20	30	54	73	70	115	100	116
Игровая подготовка	8	8	54	155	184	260	278	282
Выполнение приемных и контрольных испытаний и УМО	4	8	16	16	16	24	20	20
Участие в соревнованиях	Согласно календаря соревнований							
Медицинское обследование	Согласно плана - графика							
Восстановительные мероприятия	В процессе исполнения учебного плана:							
Инструкторская и судейская практика								
Всего часов	216	234	378	552	552	828	828	828

Годовой учебный план отделения тхэквондо

Разделы подготовки	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ				
	СОГ (36 нед) (6 час)	НП-1 (39 нед.) (6час)	НП-2 (42 нед) (9час)	УТГ-1-2 (46 нед) (12час)	УТГ-3-4-5 (46 нед) (18час)
Теоретическая подготовка	6	6	12	20	26
Физическая подготовка :	210	228	366	532	802
Общезначительная подготовка	114	132	160	255	288
Специально-физическая подготовка	90	90	200	255	488
Выполнение контрольных нормативов	6	6	6	14	16
Соревновательная подготовка	Согласно календаря соревнований				
Медицинское обследование	Согласно графика				
Инструкторская и судейская практика	--	--	--	8	10
Общее количество часов	216	234	378	552	828

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ОТДЕЛЕНИЯ ВОЛЕЙБОЛА:

Базовый компонент	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ							
	СОГ (36 нед) (6 час.)	ГНП (39нед) (42нед)		УТГ (46 недель)				
		1 (6 час.)	2-3 (9 час.)	1 (12час.)	2 (12час.)	3 (18час)	4 (18час)	5 (18час)
ТЕОРИЯ	6	10	24	32	32	46	50	70
ПРАКТИКА:	210	224	354	520	520	782	778	748
Общая физическая подготовка	60	60	93	103	86	133	114	120
Специальная физическая подготовка	40	40	56	78	80	126	142	130
Техническая	78	78	81	95	84	124	124	80
Тактическая подготовка	20	30	54	73	70	115	100	116
Игровая подготовка	8	8	54	155	184	260	278	282
Выполнение приемных и контрольных испытаний и УМО	4	8	16	16	16	24	20	20
Участие в соревнованиях	Согласно календаря соревнований							
Медицинское обследование	Согласно плана - графика							
Восстановительные мероприятия	В процессе исполнения учебного плана:							
Инструкторская и судейская практика								
Всего часов	216	234	378	552	552	828	828	828

Годовой учебный план отделения Доп. физ-ры (общая физическая подготовка):

Базисный компонент	СОГ (36 нед.)		
	3 часа	4 часа	6 часов
Теоретическая подготовка	4	4	10
Общая физическая подготовка	50	66	118
Гимнастика	16	24	18
Легкая атлетика	14	18	18
Подвижные игры	15	20	32
Контрольные нормативы	9	12	20
Общее количество часов	108	144	216

Годовой учебный план отделения дзюдо

Разделы подготовки	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ				
	СОГ (36 нед)	НП-1 (39 нед.)	НП-2 (42 нед)	УТГ-1-2 (46 нед)	УТГ-3-4-5 (46 нед)
	(6 час)	(6час)	(9час)	(12час)	(18час)
Теоретическая подготовка	6	6	12	20	26
Физическая подготовка :	210	228	366	532	802
Общезначительная подготовка	114	132	160	255	288
Специально-физическая подготовка	90	90	200	255	488
Выполнение контрольных нормативов	6	6	6	14	16
Соревновательная подготовка	Согласно календаря соревнований				
Медицинское обследование	Согласно графика				
Инструкторская и судейская практика	--	--	--	8	10
Общее количество часов	216	234	378	552	828

Годовой учебный план отделения рукопашного боя

Разделы подготовки	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ				
	СОГ (36 нед)	НП-1 (39 нед.)	НП-2 (42 нед)	УТГ-1-2 (46 нед)	УТГ-3-4-5 (46 нед)
	(6 час)	(6час)	(9час)	(12час)	(18час)
Теоретическая подготовка	6	6	12	20	26
Физическая подготовка :	210	228	366	532	802
Общезначительная подготовка	114	132	160	255	288
Специально-физическая подготовка	90	90	200	255	488
Выполнение контрольных нормативов	6	6	6	14	16
Соревновательная подготовка	Согласно календаря соревнований				
Медицинское обследование	Согласно графика				
Инструкторская и судейская практика	--	--	--	8	10
Общее количество часов	216	234	378	552	828

Годовой учебный план отделения бокса

Разделы подготовки	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ				
	СОГ (36 нед)	НП-1 (39 нед.)	НП-2 (42 нед)	УТГ-1-2 (46 нед)	УТГ-3-4-5 (46 нед)
	(6 час)	(6час)	(9час)	(12час)	(18час)
Теоретическая подготовка	12	12	14	21	35
Физическая подготовка :	204	222	364	531	793
Общезначительная подготовка	114	114	138	197	230
Специально-физическая подготовка	35	35	62	99	169
Технико-тактическая подготовка	47	54	106	143	228
Восстановительные мероприятия	-	-	20	40	80
Психологическая подготовка	-	9	12	20	40
Выполнение контрольных нормативов	4	6	12	14	20
Медицинское обследование	4	4	10	12	12
Соревновательная подготовка	Согласно календаря соревнований				
Медицинское обследование	Согласно графика				
Инструкторская и судейская практика	--	--	4	6	14
Общее количество часов	216	234	378	552	828

План-схема годовых циклов подготовки

Планирование годового цикла тренировки учащихся спортивных школ определяется:

- ◆ задачами, которые поставлены в годовом цикле;
- ◆ закономерностями развития и становления спортивной формы;
- ◆ календарём спортивных соревнований.

План-схема годового цикла подготовки разрабатывается на основе комплексного планирования основных количественных и качественных показателей учебно-тренировочного процесса, средств и методов контроля и восстановления. План-схема представляет собой конкретно выраженную и чётко просматриваемую организационно-методическую концепцию построения тренировки на определённом этапе подготовки.

Этап начальной подготовки

На этапе начальной подготовки периодизация учебного процесса носит условный характер, основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием, главным образом, средств ОФП, освоению технических элементов и формированию навыков. По окончании годового цикла тренировки юные спортсмены должны выполнить нормативные требования по физической подготовленности.

Учебно-тренировочный этап

Во время 1-го и 2-го года обучения учебно-тренировочного этапа план подготовки включает подготовительный, соревновательный и переходный периоды. Главное внимание продолжается уделяться разносторонней физической подготовке, повышению уровня функциональных возможностей организма спортсмена. Расширяется набор средств с элементами специальной физической подготовки, происходит дальнейшее расширение арсенала технико-тактических навыков и приемов. По окончании годового цикла юные спортсмены обязаны выполнить контрольно-переводные нормативы, участвовать в соревнованиях.

При планировании тренировки в последующие два года учебно-тренировочного этапа решаются задачи дальнейшего повышения уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности в подготовительном периоде и развитию специальных физических качеств, овладению техническими навыками на базе повышения уровня специальной физической работоспособности.

На 3-м и 4-м году обучения занимающихся в учебно-тренировочных группах: в подготовительном периоде выделены следующие этапы: общеподготовительный; специально подготовительный; в соревновательном периоде - первый соревновательный; второй соревновательный; в

переходном периоде - переходно-восстановительный и переходно-подготовительный.

Этап спортивного совершенствования

Основной принцип учебно-тренировочной работы на этапе спортивного совершенствования - специализированная подготовка, в основе которой лежит учет индивидуальных особенностей юного спортсмена.

Структура годичного цикла становится более сложной и предусматривает более детальное построение процесса подготовки спортсменов.

Выделены два подготовительных, два соревновательных и переходный периоды.

В первом подготовительном периоде выделены следующие этапы:

- 1) общий (базовый);
- 2) общий (развивающий);
- 3) специальный.

Во втором подготовительном:

- 1) общий (развивающий);
- 2) специальный.

Во втором соревновательном периоде выделены следующие этапы:

- 1) этап развития спортивной формы;
- 2) этап высшей соревновательной готовности.

В переходном периоде выделены следующие этапы:

- 1) восстановительный;
- 2) переходно-подготовительный.

Описание особенностей организации учебно-воспитательного процесса, форм обучения учащихся и новых педагогических технологий.

Система организации обучения и воспитания.

Учебный год в спортивной школе начинается 1 сентября. Школа организует работу с обучающимися в течение календарного года. Утверждение контингента учащихся производится приказом по школе ежегодно до 15 октября.

В каникулярное время ДЮСШ может открывать в установленном порядке спортивные и оздоровительные лагеря с круглосуточным или с дневным пребыванием.

Учебно-тренировочные занятия на этапах по видам спорта проводятся по данной образовательной программе, утвержденной педсоветом школы. Программный материал рассчитан на 10 месяцев учебно-тренировочных занятий и на 2 месяца индивидуальной работы на каникулах.

В июне месяце тренер-преподаватель может проводить учебно-тренировочные занятия при наличии 50% контингента или работать в оздоровительном лагере, где на 1 ставку под его руководством должно быть не менее 15 учащихся.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- ↯ групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- ↯ работа по индивидуальным планам (этап СС);
- ↯ медико-восстановительные мероприятия;
- ↯ учебно-тренировочные сборы;

- ↯ пребывания в спортивных и оздоровительных лагерях;
- ↯ инструкторская и судейская практика;
- ↯ участие в соревнованиях, матчевых встречах.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не должно превышать:

- на этапе СО – 2 академического часа
- на этапе НП – 2 академического часа
- на этапе УТ – 3 академического часа
- на этапе СС – 4 академического часа

В школе могут создаваться бригады тренеров-преподавателей по видам спорта. Бригадный труд тренеров-преподавателей считается коллективным трудом.

Расписание занятий составляется администрацией школы по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха занимающихся, обучения их в общеобразовательных школах.

Комплексный контроль

Цель комплексного контроля (КК) - получение полной объективной информации о здоровье и подготовленности каждого спортсмена.

Комплексный контроль включает в себя единую систему проведения всех процедур обследования, оценки структуры тренировочной и соревновательной деятельности (соответствие спортивных результатов прогнозу, выполнение индивидуальных планов по тренировочным нагрузкам, диагностика здоровья и функционального состояния, уровень специальной физической, технико-тактической и психологической подготовленности, выполнение назначенных лечебно-профилактических и восстановительных мероприятий и т.д.)

Основные формы КК:

1. обследование соревновательной деятельности (ОСД).
2. Углубленные комплексные медицинские обследования (УМО).
3. Этапные комплексные обследования (ЭКО).
4. Текущие обследования (ТО).

Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций.

Учебный материал распределяется на весь период обучения учебно-тренировочного этапа и этапа спортивного совершенствования. При проведении теоретических занятий учитывается возраст занимающихся и излагается материал в доступной им форме. В зависимости от конкретных условий работы в плане теоретической подготовки могут вноситься коррективы.

В плане теоретических занятий следует отражать и такие темы, как врачебный контроль и самоконтроль, профилактика травм и заболеваний, восстановительные мероприятия при занятиях спортом и др.

План теоретической подготовки

№ п/п	Название темы	Краткое содержание темы	Учебные группы
1	Физическое развитие и укрепление здоровья человека	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, воли и жизненно важных умений и навыков.	УТГ
2	Гигиена	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом. Гигиенические требования к одежде и обуви. Гигиена спортивных сооружений.	НП, УТГ
3	Закаливание организма	Значения и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем.	НП, УТГ
4	История	История вида спорта	НП, УТГ
5	Выдающиеся отечественные спортсмены	Чемпионы и призеры чемпионатов мира, Европы	УТГ
6	Самоконтроль в процессе занятий спортом	Сущность самоконтроля и его роль в занятиях спортом. Дневник самоконтроля. Его форма и содержание	УТГ-3-й, 4-й год, СС-1-2-й год
7	Спортивная тренировка	Понятие о спортивной тренировке. Ее цель, задачи и основное содержание. Общая и специальная физическая подготовка. Техничко-тактическая подготовка. Роль спортивного режима и питания.	УТГ-3-й, 4-й год, СС- 1-2-й год.
8	Основные средства спортивной тренировки	Физические упражнения. Подготовительные, общеразвивающие и специальные упражнения. Средства разносторонней тренировки	УТГ, СС
9	Физическая подготовка	Понятие о физической подготовке. Основные сведения о ее содержании и видах. Краткая характеристика основных физических качеств, особенности их развития.	УТГ, СС
10	Единая Всероссийская спортивная классификация	Основные требования к ЕВСК. Условия выполнения требований и норм ЕВСК	УТГ, СС

Воспитательная работа

Главной задачей в занятиях с юными спортсменами является воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании юных спортсменов играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Центральной фигурой во всей воспитательной работе является тренер-педагог, который не ограничивает свои воспитательные функции лишь руководством поведения спортсмена во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания юных спортсменов во многом определяется способностью тренера повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и нравственного воспитания.

Воспитание дисциплинированности следует начинать с первых занятий. Строгое соблюдение правил тренировки и участия в соревнованиях, четкое исполнение указаний тренера, отличное поведение на тренировочных занятиях, в школе и дома – на все это должен постоянно обращать внимание тренер. Важно с самого начала спортивных занятий воспитывать спортивное трудолюбие – способность преодолевать специфические трудности, что достигается, прежде всего, систематическим выполнением тренировочных заданий, связанные с возрастающими нагрузками. В процессе занятий с юными спортсменами все более важное значение приобретает интеллектуальное воспитание, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

При подготовке спортсмена следует знать, что воспитательная работа – это сложный и многогранный процесс, который включает различные виды воспитания.

Ценностные установки воспитания на основе Концепции духовно-нравственного развития и воспитания российских школьников.

- ◆ патриотизм
- ◆ социальная солидарность
- ◆ гражданственность
- ◆ семья
- ◆ труд и творчество
- ◆ наука
- ◆ искусство и литература
- ◆ природа

Воспитание спортивного коллектива:

- 1) варианты взаимодействия коллектива и личности спортсмена;
 - 2) повышение знаний тренера о коллективе;
 - 3) формирование личности спортсмена;
- Изучение деятельности юных спортсменов:
- 1) как членов коллектива;
 - 2) изучение учебной группы как коллектива;
 - 3) изучение среды коллектива.

Средства, методы, формы воспитательной работы

Во время активного отдыха:

Средства: устная и наглядная информация; печать; интернет; телевидение; кино; литература; театр; музей.

Методы: убеждение; пример; поощрение; требование.

Формы организации: совет команды; фотогазеты;

В процессе учебно-тренировочных занятий:

Средства: устная и наглядная информация; печать; телевидение; интернет;

Методы: убеждение; пример; поощрение; требование;

Формы организации: совет команды; совет тренеров;

В соревновательной обстановке:

Средства: устная и наглядная информация; печать; радио; телевидение;

Методы: убеждение; пример; поощрение; требование;

Формы организации: совет команды;

Содержание воспитательной работы

1. Воспитание любви к России, к своему народу, к своей малой родине;
2. Воспитание свободы личной и национальной, доверия к людям, милосердия, чести и достоинства.

3. Воспитание гражданина правового государства, уважающего старшее поколение, закон и правопорядок.
4. Воспитание семейных ценностей: любовь и верность, здоровье, достаток, почитание родителей, забота о старших и младших.
5. Воспитание целеустремленности и настойчивости, трудолюбия и бережливости.
6. Воспитание стремления к познанию научных аспектов в сфере физического воспитания и спорта.
7. Воспитание чувства красоты и гармонии, эстетическое развитие.
8. Воспитание любви к родной земле, природе, планете.

Недопустимо в воспитательной работе

1. Ограждение спортсменов от созидательной критики.
2. Низкая профессиональная квалификация тренеров.
3. Игнорирование повышения квалификации и слабая работа над приобретением знаний.
4. Нарушение дисциплины.
5. Недостаточная требовательность к спортсменам.
6. Отсутствие помощи руководства тренерско - преподавательскому составу и контроля за их работой.

Психологическая подготовка

Основное содержание психологической подготовки спортсменов состоит в следующем:

- ◆ формирование мотивации к занятиям спортом;
- ◆ развитие личностных качеств, способствующих совершенствованию и контролю;
- ◆ совершенствование внимания (интенсивности, устойчивости, переключения), воображения, памяти, мышления, что будет способствовать быстрому восприятию информации и ее переработке, принятию решений;
- ◆ развитие специфических чувств – «чувство партнера», «чувство ритма движений», «чувство момента атаки»;
- ◆ формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру, работающему с юными спортсменами, следует использовать все имеющиеся средства и методы

психологического воздействия на детей, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности.

Восстановительные средства и мероприятия

Для восстановления работоспособности учащихся спортивной школы используется широкий круг средств и мероприятий (педагогических, гигиенических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, спортивного стажа, квалификации и индивидуальных особенностей юного спортсмена, а также методические рекомендации по использованию средств восстановления.

Учебно-тренировочный этап (до 2 лет обучения) – восстановление работоспособности происходит, главным образом, естественным путем: чередованием тренировочных дней и дней отдыха; постепенным возрастанием объема и интенсивности тренировочных нагрузок; проведением занятий в игровой форме. К гигиеническим средствам следует отнести: душ, теплые ванны, водные процедуры закаливающего характера, прогулки на свежем воздухе. Режим дня и питание. Витаминизация.

Учебно-тренировочный этап (свыше 2 лет обучения) – основными являются педагогические средства восстановления, т.е. рациональное построение тренировки и соответствие ее объема и интенсивности функциональному состоянию организма спортсмена; необходимо оптимальное соотношение нагрузок и отдыха как в отдельном тренировочном занятии, так и на этапах годового цикла. Гигиенические средства восстановления используются те же, что и для УТГ 1-го и 2-го годов обучения.

Из психологических средств, обеспечивающих устойчивость психического состояния юных спортсменов при подготовке и участии в соревнованиях, используются педагогические методы: внушение, специальные дыхательные упражнения, отвлекающие беседы.

Из медико-биологических средств восстановления: витаминизация, физиотерапия, гидротерапия, все виды массажа, русская парная баня и сауна.

На этапе спортивного совершенствования с ростом объема специальной физической подготовки и количества соревнований увеличивается время, отводимое на восстановление организма. Дополнительными педагогическими средствами могут быть переключение с одного вида спортивной деятельности на другой, чередование тренировочных нагрузок, объема и интенсивности, изменение характера пауз и отдыха и их продолжительности.

На данном этапе подготовки необходимо комплексное применение всех средств восстановления (педагогические, гигиенические, психологические и медико-биологические). При этом следует учитывать некоторые общие закономерности и влияние этих средств на организм юного спортсмена.