

Утвержден

Приказом директора МБУ «ФОК «Олимпийский»

Приказ № 134-ДО от _____ 31.08.2020г. _____

ГODOVOЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**По дополнительным общеобразовательным-дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта
на 2020-2021 учебный год**

Пояснительная записка

Учебный план отделения дополнительного образования муниципального бюджетного учреждения «Физкультурно-оздоровительный комплекс «Олимпийский» муниципального образования «город Балахна» разработан в соответствии с требованиями Закона РФ "Об образовании", Устава МБУ «ФОК «Олимпийский», Положения о структурном подразделении- отделении дополнительного образования на основе дополнительных общеразвивающих программ по видам спорта : хоккей с мячом, шорт-трек, фигурное катание на коньках, плавание, баскетбол, футбол, флорбол, волейбол, дзюдо, бокс, кикбоксинг, тхэквондо, танцевальный спорт, легкая атлетика разработанных и утвержденных МБУ «ФОК «Олимпийский».

Учебный план составлен с учетом санитарно-эпидемиологических требований к учреждениям дополнительного образования детей.

Учебный план содержит рекомендации по организации учебно-тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе по построению годичного цикла, по содержанию типовых учебно-тренировочных занятий.

Главным условием для достижения цели отделения дополнительного образования является включение каждого обучающегося на каждом занятии в деятельность с учётом его возможностей и способностей обеспечивается поэтапным решением задач на спортивно-оздоровительном этапе.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки и предметные области в течении учебного года осуществляется в соответствии с конкретными задачами :

На спортивно-оздоровительном этапе:

- укрепление интереса к систематическим занятиям спортивными играми;
- развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- всестороннее физическое развитие и укрепление здоровья;
- воспитание коллективизма и спортивного характера;
- овладение основами техники и тактики игры, развитие тактического мышления и приобретение практических навыков участия в спортивных соревнованиях по видам спорта: хоккей с мячом, кикбоксинг, футбол, плавание, бокс, шорт-трек, танцевальный спорт, тхэквондо, легкая атлетика, волейбол, флорбол, дзюдо, фигурное катание на коньках;
- выявление одаренных и способных к спорту детей.

Количество учебных часов в год (академических) планируется из расчета 46 недель учебно-тренировочной работы, 6 недель активного отдыха.

Учебный план включает теоретические и практические занятия (общая и специальная физическая подготовка, техническая и тактическая подготовка), сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях и рассчитан на годичное обучение-спортивно-оздоровительные группы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Продолжительность одного занятия в группах на :

- спортивно-оздоровительном этапе- не более 2-х академических часа.

Учебные нагрузки не должны превышать норм, рекомендованных Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04 июля 2014г. №41 (СанПиН 2.44.3172-14).

Численный состав групп на спортивно-оздоровительном этапе и продолжительность учебно-тренировочных занятий
(по дополнительным общеразвивающим программам)

Этап подготовки	Год обучения	Вид спорта	Количество групп	Количество часов в неделю в одной группе	Количество часов в год в одной группе	Количество учащихся во всех группах
спортивно-оздоровительный	один год	плавание	4	4/5	184/230	87
спортивно-оздоровительный	один год	баскетбол	3	6	276	42
спортивно-оздоровительный	один год	футбол	5	4/6	184/276	104

спортивно-оздоровительный	один год	хоккей с мячом	1	5	230	26
спортивно-оздоровительный	один год	дзюдо	1	4	184	19
спортивно-оздоровительный	один год	флорбол	3	6	276	31
спортивно-оздоровительный	один год	кикбоксинг	4	5/6	230/276	81
спортивно-оздоровительный	один год	тхэквондо	5	5/6	230/276	95
спортивно-оздоровительный	один год	бокс	3	5	230	49
спортивно-оздоровительный	один год	Фигурное катание на коньках	1	6	276	10

спортивно-оздоровительный	один год	Танцевальный спорт	1	6	276	25
спортивно-оздоровительный	один год	Легкая атлетика	1	6	276	19
Спортивно-оздоровительный	один год	Шорт-трек	1	5	230	23
Спортивно-оздоровительный	один год	волейбол	1	6	276	30