

СОДЕРЖАНИЕ

	Пояснительная записка	-3 стр.
1.	Образовательная деятельность МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» в 2018 – 2019 учебном году	- 5 стр.
1.1.	Основные направления образовательной деятельности	- 5 стр.
1.2.	Организация образовательной деятельности	- 5 стр.
1.3.	Правила зачисления в ДЮСШ и перевод на различные этапы подготовки	-7 стр.
1.4.	Порядок комплектования групп	- 7 стр.
2.	Ресурсное обеспечение образовательного процесса МКУДО «Мишкинская ДЮСШ»	- 8 стр.
2.1.	Материально – техническая база	- 8 стр.
2.2.	Программное обеспечение	- 8 стр.
2.3.	Педагогические кадры	- 10 стр.
3.	Приложения:	
	Учебный план	-11 стр.
	Условия комплектования, продолжительность обучения, объем тренировочной нагрузки на всех этапах подготовки по годам	-15 стр.
	Календарный учебный график	-18 стр.

Пояснительная записка

Данная программа – документ, определяющий направленность, объем, содержание и порядок организации образовательной деятельности в МКУДО «Мишкинская ДЮСШ»

Нормативно – правовая база образовательной программы:

- ФЗ Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» СанПиН 2.4.4.3172 – 14;
- Закон «О физической культуре и спорту в Курганской области» от 10.11.2008 г № 405;
- Методические рекомендации по организации спортивной подготовки

в

Российской Федерации;

- Устав МКУДО «Мишкинская ДЮСШ».

Школа осуществляет образовательную деятельность в соответствии с действующим законодательством РФ, лицензией (серия 45Л01 №0000654, Регистрационный № 1273 от 21 сентября 2016 года. Департамент образования и науки Курганской области), Уставом МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» и локальными нормативными актами.

Образовательная деятельность осуществляется на спортивных объектах, расположенных по адресам:

- Курганская область, Мишкинский район, р.п.Мишкино, ул.Победы, д.4 (МКОУ «Мишкинская средняя общеобразовательная школа»). Используемые помещения для занятия физической культурой и спортом: спортивный зал, раздевалки, санузлы, склад для инвентаря, школьный стадион общей площадью 344,2 кв.м. Виды спорта: легкая атлетика, баскетбол, волейбол.

- Курганская область, Мишкинский район, с.Кирово, ул.Советская, д.75 (МКОУ «Кировская средняя общеобразовательная школа»). Используемые помещения для занятия физической культурой и спортом: спортивный зал, раздевалки, тренажерный зал, подсобные помещения общей площадью 379,1 кв.м. Виды спорта: полиатлон, гиревой спорт, легкая атлетика, баскетбол.

- Курганская область, Мишкинский район, с.Восход, ул.Садовая, д.5-в (МКОУ «Восходская средняя общеобразовательная школа»). Используемые помещения для занятия физической культурой и спортом: спортивный зал, раздевалки, подсобные помещения, склад для инвентаря, санузлы общей площадью 220,5 кв. м. Виды спорта: легкая атлетика.

- Курганская область, Мишкинский район, с.Коровье, ул.Труда, д.56 (МКОУ «Коровинская средняя общеобразовательная школа»). Используемые помещения для занятия физической культурой и спортом: спортивный зал, раздевалки, подсобные помещения, склад для инвентаря общей площадью 223,7 кв.м. Виды спорта: баскетбол.

- Курганская область, Мишкинский район, р.п.Мишкино, ул.Первомайская, д.62 (МКДОУ «Детский сад №2 общеразвивающего вида»). Используемые помещения для занятия физической культурой и спортом: спортивный зал, инвентарная общей площадью 83,4 кв.м. Виды спорта: легкая атлетика.

- Курганская область, Мишкинский район, с.Гладышево, ул.Лесная, д.1 (МКОУ «Гладышевская основная общеобразовательная школа»). Используемые помещения для занятия физической культурой и спортом: спортивный зал, раздевалки общей

площадью 192,8 кв.м. Виды спорта: баскетбол.

• Курганская область, Мишкинский район, с.Краснознаменское, ул.Мира, д.9 (МКОУ «Краснознаменская средняя общеобразовательная школа»). Используемые помещения для занятия физической культурой и спортом: спортивный зал, раздевалки общей площадью 160,3 кв.м. Виды спорта: легкая атлетика.

Деятельность МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» направлена на создание условий для самоопределения и самореализации личности учащихся, выявление и развитие индивидуальных способностей каждого ребенка, выявление одаренных детей и целенаправленной спортивной подготовки детей и молодежи.

Основной целью дополнительного образования в МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» является:

- вовлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом;
- обеспечения необходимых условий для гармоничного развития личности;
- выявления и отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, получения ими начальных знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта (в том числе избранного вида спорта);
- подготовки к освоению этапов программы спортивной подготовки;
- подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса
- профессиональное самоопределение.

Для достижения поставленных целей Учреждение осуществляет следующие основные виды деятельности:

- реализация дополнительных общеобразовательных программ (общеразвивающих, предпрофессиональных) в области физической культуры и спорта;
- выполнение работ по подготовке спортивного резерва для сборных команд Мишкинского района и субъекта Российской Федерации и т.д.;
- направление учащихся, тренеров-преподавателей и иных представителей Учреждения для участия в физкультурных и спортивных мероприятиях различного ранга;
- организация и проведение официальных районных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, в том числе организация и осуществление видов испытаний (тестирования) в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО)».

Данная программа предусматривает несколько уровней освоения дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта.

Этапы подготовки и сроки освоения представлены в таблице:

№	Этапы подготовки(уровень)	Направленность	Срок освоения
1	Спортивно- оздоровительный	Занятия физическими упражнениями для создания предпосылок для последующей спортивной специализации	Весь период
2	Начальной подготовки	Базовая подготовка и определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации	До 3 лет
3	Тренировочный	Специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта	До 5 лет

Задачи на этапах многолетней спортивной подготовки по развитию массового спорта:

- спортивно-оздоровительный этап – организация систематических занятий средствами физической культуры для достижения уровня;
- этап начальной подготовки - привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств, определение специализации в виде спорта;
- тренировочный этап – повышение уровня физического развития, общей физической и специальной подготовленности, выполнение спортивных нормативов в избранном виде спорта, исходя из индивидуальных особенностей обучающихся, специализированная подготовка перспективных спортсменов.

1. Образовательная деятельность

1.1. Основные направления МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» на 2019– 2020 учебный год

Основные направления образовательной деятельности МКУДО «Мишкинская ДЮСШ»:

- создание условий для осуществления образовательной деятельности и тренировочного процесса в рамках дополнительного образования в области физической культуры и спорта на бесплатной основе;
- организация подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого уровня для достижения ими высоких спортивных результатов.

Школа предоставляет бесплатные образовательные услуги по дополнительным общеобразовательным программам физкультурно-спортивной направленности в рамках муниципального задания.

1.2. Организация образовательной деятельности

Образовательная деятельность и тренировочный процесс в МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» осуществляется в соответствии с данной Программой, дополнительными общеобразовательными программами по видам спорта, годовым календарным планом спортивно-массовых мероприятий и расписанием тренировочных занятий.

Обучение и воспитание ведется на русском языке.

МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» осуществляет свою работу в течение всего календарного года. Учебный год в ДЮСШ начинается со 2 сентября 2019 года и заканчивается 31 августа 2020 года.

Деятельность ДЮСШ осуществляется ежедневно с 8.00 часов до 21.00 часа.

Режим работы ДЮСШ с учащимися с 11.00 часов до 20.00 часов, для учащихся в возрасте от 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 час.

Продолжительность и периодизация спортивной подготовки зависит от специфики вида спорта, календаря спортивных соревнований и осуществляется в соответствии программ по видам спорта.

В течение года школой могут быть организованы учебно-тренировочные сборы.

Основными формами организации учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, восстановительные мероприятия, тестирование, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед соревнованиями, инструкторская и судейская практика.

Количество учебных часов в неделю на каждую группу, периодичность занятия каждой группы устанавливается с учетом учебной программы, года обучения, возраста учащихся

и результативности деятельности, утверждается директором.

Время и последовательность занятий учебных групп в течение дня и недели определяется расписанием занятий. Расписание занятий составляется администрацией школы по представлению тренера-преподавателя для создания наиболее благоприятного режима тренировок, отдыха учащихся и с учетом пожеланий учащихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних и возрастных особенностей учащихся, утверждается директором школы.

Рабочее время педагога исчисляется в астрономических часах.

Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом.

Продолжительность образовательного (тренировочного) процесса составляет:

- 36 недель по дополнительным общеразвивающим программам;
- 42 недели по дополнительным предпрофессиональным программам.

Учебная нагрузка обучающихся не должна превышать норм предельно допустимых нагрузок, установленных учебным планом и санитарно-гигиеническими нормами.

Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации программ рассчитываются в академических часах с учётом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки учащихся и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе -2-х часов;
- на этапе начальной подготовки -2-х часов;
- на тренировочном этапе – 3-х часов.

Продолжительность одного академического часа равна 45 минутам, при работе с детьми дошкольного возраста академический час равен 30 минутам.

Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет:

- на спортивно-оздоровительном этапе 2 академических часа;
- на этапе начальной подготовке 2 академических часа;
- на тренировочном этапе – период начальной специализации не более 3 часов, период углубленной специализации не более 4 часов.

Максимальная продолжительность учебно-тренировочных занятий в неделю не может превышать:

- 6 часов на спортивно-оздоровительном этапе;
- 8 часов на этапе начальной подготовки;
- 12-18 часов на тренировочном этапе;

Количество тренировочных занятий в неделю, продолжительность одного занятия устанавливается с учетом этапа подготовки и стажа занятий спортом:

Этап подготовки	Период обучения	Максимальный объем тренировочной нагрузки (ч/нед)	Минимальная наполняемость группы (чел.)
Спортивно-оздоровительный	Весь период	До 6	15
Начальной подготовки	Первый год	6	15
	Второй год и более	8	14
Тренировочный (спортивной специализации)	Первый год	12	12
	Второй год	14	10
	Третий год	16	8
	Свыше трех лет	18	8

Образовательная деятельность и тренировочный процесс организуется в соответствии с системой многолетней подготовки спортсменов.

1.3. Правила зачисления в ДЮСШ на различные этапы подготовки

Требования к уровню образования поступающих не предъявляется.

Приём детей на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам осуществляется по письменному заявлению родителей (законных представителей) поступающих с оформлением согласия родителей (законных представителей) на обработку персональных данных, указанных в заявлении, и на участие в процедуре индивидуального отбора поступающего.

При подаче заявления предоставляются следующие документы:

- свидетельство о рождении или паспорт (копия),
- медицинское заключение о состоянии здоровья с указанием на возможность заниматься избранным видом спорта.

Приём детей на обучение по дополнительным общеразвивающим программам осуществляется по письменному заявлению одного из родителей (законного представителя) поступающего или заявление самого поступающего (если ему исполнилось 14 лет) с оформлением согласия родителей (законных представителей) на обработку персональных данных, указанных в заявлении, без процедуры индивидуального отбора.

Предоставляется:

- свидетельство о рождении ребенка или паспорт (копия);
- справку о состоянии здоровья с заключением о возможности заниматься избранным видом спорта.

1.4. Порядок комплектования групп на различных этапах подготовки

Зачисление в группы ДЮСШ по видам спорта производится по желанию и при отсутствии противопоказаний к занятию соответствующим видом спорта на основании заявления родителей (законных представителей).

Комплектование групп в Учреждении производится следующим образом:

На обучение по дополнительным общеразвивающим программам в области физкультуры и спорта зачисляются все желающие, без ограничения в возрасте (согласно СанПиН).

На обучение по дополнительным предпрофессиональным программам ведется зачисление на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей образовательной программы способности в избранном виде спорта, не имеющих медицинских противопоказаний.

ДЮСШ организует работу с детьми в течение всего календарного года: начало учебного года - 1 сентября. Комплектование учебных групп (СО, НП-1 года обучения) до 15 октября.

Зачисление на этапы обучения:

На спортивно-оздоровительный этап зачисляются дети, желающие заниматься избранным видом спорта и не имеющие медицинских противопоказаний, в установленном для данного вида спорта минимальном возрасте. Спортивно-оздоровительные (СО) группы могут формироваться как из вновь зачисляемых в школу, так и из обучающихся, не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать заниматься на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта.

На этап начальной подготовки зачисляются дети по результатам индивидуального отбора, который заключается в выявлении у поступающих физических (двигательных) способностей, необходимых для освоения дополнительной предпрофессиональной программы по избранному виду спорта.

На тренировочный этап зачисляются здоровые и практически здоровые учащиеся (на основании медицинского заключения врача-педиатра) по результатам промежуточной

аттестации, прошедшие этап начальной подготовки не менее одного года и при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке и классификационных нормативов.

Зачисление поступающих на обучение по дополнительным общеобразовательным программам оформляется приказом директора Учреждения.

Перевод учащихся на этапах обучения осуществляется решением Педагогического совета Учреждения по результатам промежуточной аттестации и утверждается приказом директора Учреждения.

Отдельные учащиеся, не достигшие установленного возраста для перевода на следующий год обучения, но успешно выполнившие контрольно-переводные нормативы могут быть досрочно переведены на следующий или более высокий год (этап) обучения, при наличии разрешения врача.

Учащиеся, не прошедшие промежуточную аттестацию, допускаются на повторный год обучения, но не более одного раза на данном этапе обучения.

В случае выбытия учащихся из группы, она должна быть укомплектована в месячный срок.

2. Ресурсное обеспечение образовательного процесса МКУДО «Мишкинская ДЮСШ»

2.1. Материально-техническое обеспечение деятельности МКУДО «Мишкинская ДЮСШ»

МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» располагается по адресу:

1. 641040, Курганская область, р.п. Мишкино, ул. Рабоче Крестьянская, дом 17.

- спортивный зал размером 24 м x 12 м;

- тренажерный зал;

- теннисный зал;

- класс легкой атлетики;

- спортивная площадка.

Виды спорта: легкая атлетика, баскетбол, пауэрлифтинг.

Все объекты оснащены минимальным набором необходимого инвентаря для осуществления учебно-тренировочной деятельности по видам спорта.

2.2. Материально-техническая база

п/п	Вид (подвид), уровень образования, наименование профессии, специальности, направление подготовки, наименование предмета, дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта с перечнем основного оборудования
1	2	3
1.	Дополнительное образование детей и взрослых Дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта	
	Легкая атлетика	Спортивный зал, секундомер 3 шт., стойки для прыжков в высоту, гимнастические маты 10 шт., набивные мячи 15 шт., стартовые колодки 1 шт., рулетка 1 шт., скамейки гимнастические 8 шт., стенка шведская 10 шт., перекладины навесные 10 шт., гантели 5 наборов, волейбольные, баскетбольные, футбольные мячи.
	Волейбол	Спортивный зал, сетка волейбольная 2шт., стойки для волейбольной сетки 2 шт., волейбольные мячи 15 шт., волейбольный мяч-тренажер, скамейки гимнастические 8 шт., стенка шведская 10 шт., перекладины навесные 10 шт., набивные мячи 15 шт., гантели 5 наборов
	Полиатлон	Спортивный зал, шведская стенка 5 шт., скамейка 8 шт., перекладина 1 шт., маты гимнастические 15 шт., секундомер 1 шт., винтовка 3 шт., стрелковые биатлонные установки СКАТ –электронный стрелковый тренажер, биатлонные установки для пневматической винтовки 2 шт., скакалки, гантели, мячи набивные, волейбольные, баскетбольные, футбольные

Пауэрлифтинг	Спортивный зал, шведская стенка 5 шт., скамейка 8 шт., перекладина 1 шт., маты гимнастические 15 шт., секундомер 1 шт., рудетка 1 шт., тренажеры, гири разные 10 шт., штанга с набором дисков, скакалки, гантели, мячи набивные, волейбольные, баскетбольные, футбольные.
--------------	---

2.3. Программное обеспечение

В МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» реализуются дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности по видам спорта.

Все дополнительные общеобразовательные программы составлены на основании примерных программ спортивной подготовки для детско-юношеских школ по видам спорта, являются основным документом, определяющим направленность и содержание образовательной деятельности по видам спорта.

Реализуемые образовательные программы:

Вид спорта, наименование программы	Автор, год, место издания, когда и кем утверждена	Сроки реализации	Наполняемость групп (минимальное число)	Число занятий в неделю (1 час-45 мин)	Рекомендуемый возраст занимающихся	Место реализации программы
<u>Зимний полиатлон</u>	Программа дополнительная предпрофессиональная по виду спорта "полиатлон", составлена на основе «Примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва по полиатлону», 2007 год. Программа рассмотрена на педагогическом совете МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» и утверждена 26.06.2019г.	7 лет	НП- 14-15 УТ- 12-8	6-8 12-18	С 8 лет	с. Кирово МКОУ «Кировская СОШ»
<u>Волейбол</u>	Программа дополнительная предпрофессиональная по виду спорта "волейбол", составлена на основе «Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва(этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный)»- М.: Советский спорт. 2009.- Программа рассмотрена на педагогическом совете МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» и утверждена 26.06.2019г.	7 лет	НП- 14-15 УТ-12	6-8 12-18	с 9 лет	р.п. Мишкино. Спортивный зал МКОУ «Мишкинская СОШ"
<u>Легкая атлетика</u> (Бег на средние и длинные дистанции)	Программа дополнительная предпрофессиональная по виду спорта "легкая атлетика", составлена на основе «Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва» -М.: Советский спорт. 2004.- Программа рассмотрена на педагогическом совете МКУ ДО «Мишкинская ДЮСШ» и утверждена 26.06.2019г.	8 лет	НП 14-15 УТ- 8-12	6-8 12-18	с 9 лет	Р.п. Мишкино порттивный зал ДЮСШ, МКОУ «Восходская СОШ»
<u>Гиревой спорт</u>	Программа дополнительная предпрофессиональная по виду спорта "гиревой спорт", составлена на основе «Гиревой спорт: Примерная программа	7 лет	НП-14-15 УТ 12-8	6-9 12-18	С 10 лет	Спортивный зал МКОУ "Кировская СОШ"

	спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва» авт.-сост.-И.П. Солодов, В.Б. Шванев, О.А. Маркиянов, Г.П. Виноградов, В.С. Соловьев, Б.Н. Глинкин, А.Л. Атласкин, В.Ф. Тихонов.-М.: Советский спорт, 2009.-105с. Утверждена на педагогическом совете 26.06.2019г.					
<u>Легкая атлетика</u>	Программа дополнительная общеразвивающая с направленностью на легкую атлетику, составлена на основе «Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва» -М.: Советский спорт. 2004.- Программа рассмотрена на педагогическом совете МКУ ДО «Мишкинская ДЮСШ» и утверждена 26.06.2019г.	Без ограничения	СОГ-15	6	С 7 лет	Р.п. Мишкино Спортивные залы МКОУ "Мишкинская СОШ" ДЮСШ
<u>Легкая атлетика</u> (для подготовки легкоатлетов с 5 до 7 лет	Программа дополнительная общеразвивающая с направленностью на легкую атлетику, составлена на основе «Легкая атлетика: бег на средние и длинные дистанции, спортивная ходьба: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва» -М.: Советский спорт. 2004.- Программа рассмотрена на педагогическом совете МКУ ДО «Мишкинская ДЮСШ» и утверждена 26.06.2019г.	2 года	СОГ-10	6 (продолжительность занятия 30 мин.)	5-7 лет	Р.п. Мишкино МКДОУ №2, МКОУ "Кировская СОШ"
<u>Пауэрлифтинг</u>	Программа дополнительная общеразвивающая с направленностью на пауэрлифтинг, составлена на основе «Пауэрлифтинг: программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства» заслуженного тренера России Бычкова А.Н. Красноярск, 1999г. Программа рассмотрена на педагогическом совете МКУ ДО «Мишкинская ДЮСШ» и утверждена 26.06.2019г.	без ограничения	СОГ-15	6	С 10 лет	Р.п. Мишкино Тренажерный зал ДЮСШ
<u>Гиревой спорт</u>	Программа дополнительная общеразвивающая с направленностью на гиревой спорт, составлена на основе «Гиревой спорт: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва» авт.-сост.-И.П. Солодов, В.Б. Шванев, О.А. Маркиянов, Г.П.	без ограничения	СОГ-15	10	С 10 лет	Спортивный зал МКОУ "Кировская СОШ",

Виноградов, В.С. Соловьев, Б.Н. Глинкин, А.Л. Атласкин, В.Ф. Тихонов.-М.: Советский спорт, 2009.-105с.Программа рассмотрена на педагогическом совете 26.06.2019г.					
---	--	--	--	--	--

2.4. Педагогические кадры

На начало 2019-2020 учебного года МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» располагает следующими педагогическими кадрами:

- тренеры-преподаватели – 14 человек, в том числе 6 – совместителей. Все тренеры-преподаватели имеют необходимую профессионально-педагогическую квалификацию, соответствующую требованиям тарифно-квалификационной характеристики по должности и полученной специальности;
- инструктор по физической культуре – 1.
- спортсмен-инструктор - 1.

Всего Тренеров-преподавателей	Высшее образование	Среднее - специальное образование	Без образования
14	9	5	-

Спортсмен-инструктор	Мастер спорта	КМС
1	-	1

№ п/п	Возраст	Количество человек	%
1	до 25 лет	2	14,2
2	25-30 лет	1	7,1
3	30-40 лет	3	21,4
4	40-50 лет	2	14,2
5	свыше 50 лет	6	42,8

Стаж (в данном учреждении)	Количество педагогов (% от общего числа)
До 5 лет	3
От 5 до 10 лет	2
От 10 до 15 лет	1
Свыше 15 лет	8

Приложение 1.

Учебный план

Учебный план МКУДО «Мишкинская ДЮСШ» разработан на основе методических рекомендаций по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации и в соответствии с действующими санитарно-эпидемиологическими правилами.

Годовая нагрузка в учебных планах представлена в академических часах. Общий объем тренировочной нагрузки на различных этапах подготовки является

одинаковым для всех видов спорта. Общее количество часов по программе является обязательным. Начиная с тренировочного этапа для целенаправленной подготовки возможно увеличение нагрузки, которая ограничивается максимальным количеством часов.

Учебные планы рассчитаны на 36 недель (для спортивно-оздоровительного этапа) 42 недели (для этапа начальной подготовки и тренировочного этапа).

Программный материал для всех этапов подготовки подразделяется на теоретическую и практическую подготовку. В практический раздел по всем видам спорта включены общая физическая подготовка, специально-физическая подготовка, техническая подготовка, контрольно-переводные нормативы, в зависимости от вида спорта в практический раздел включается игровая и тактическая подготовки.

Полиатлон

Распределение учебных часов по разделам на 42 учебных недели

Разделы подготовки	Этап НП	
	Годы обучения	
	1-й	2-й
Количество часов в неделю	6	8
Количество занятий в неделю	3	4
ОФП	138	152
СФП и СТП	104	172
Соревнования и контрольные испытания	6	8
Теоретическая подготовка	4	4
Учебно-тренировочный сбор	+	+
Общее количество часов	252	336

Разделы подготовки	Тренировочный этап				
	Годы обучения				
	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й
Количество часов в неделю	12	14	16	18	18
Количество тренировок в неделю	7-8	8-10	10-12	10-12	10-12
ОФП	229	236	238	241	221
СФП и СТП	251	319	395	470	481
Соревнования и контрольные испытания	12	15	18	21	30
Теоретическая подготовка	9	12	15	15	15
Инструкторская и судейская практика	3	6	6	9	9
Учебно-тренировочный сбор	+	+	+	+	+
Общее количество часов	504	588	672	756	756

Волейбол

Распределение учебных часов по разделам на 42 учебных недели

№ п/п	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап			
		1	2	1	2	3	4
1	Теоретическая подготовка	8	14	16	16	18	20

2	Общая физическая подготовка	72	105	81	87	90	114
3	Специальная физическая подготовка	36	52	75	89	105	104
4	Техническая подготовка	58	86	110	122	130	136
5	Тактическая подготовка	24	40	61	77	80	100
6	Интегральная подготовка	24	37	61	77	107	115
7	Инструкторская и судейская практика	-	-	10	14	16	25
8	Соревнования	20	32	76	90	106	122
9	Контрольные испытания (приемные и переводные)	10	12	14	16	20	20
10	Восстановительные мероприятия	По индивидуальному плану					
11	Общее количество часов без спортивно-оздоровительного лагеря (в год)	252	378	504	588	672	756

Легкая атлетика

Распределение учебных часов по разделам на 42 учебных недели

Разделы подготовки	Этапы подготовки							
	НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4	Т-5
Теория	6	10	10	20	26	28	29	29
ОФП	165	219	219	317	301	333	395	366
СФП	41	55	55	106	197	232	249	252
Контрольно-переводные испытания	4	4	4	6	6	6	6	6
Участие в соревнованиях и прикидках	14	20	20	23	25	26	30	28
Инструкторская и судейская практика	4	8	8	12	12	17	19	24
ТТМ	18	20	20	20	21	30	30	30
Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	-	-	19
Итого	252	336	336	504	588	672	756	756

Гиревой спорт

Распределение учебных часов по разделам на 42 учебных недели

№ п/п	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап			
		1 год	2 год	1 год	2 год	3 год	4 год
1	Общая физическая подготовка	162	204	280	292	312	344
2	Специальная физическая подготовка	34	46	74	128	163	188
3	Технико-тактическая подготовка	44	72	124	138	165	190
4	Теоретическая подготовка	4	6	8	10	10	10

5	Контрольно-переводные испытания	4	4	6	6	6	6
6	Контрольные соревнования	4	4	8	8	10	10
7	Инструкторская и судейская практика	-	-	4	6	6	8
8	Учебно-тренировочный сбор	+	+	+	+	+	+
Общее количество часов		252	336	504	588	672	756

Легкая атлетика

Распределение учебных часов по разделам на 36 учебных недели

№ п/п	Разделы подготовки	Учебные часы
1	Теория	6
2	ОФП	162
3	СФП	18
4	Контрольные испытания	4
5	Участие в соревнованиях и прикидках	8
6	ТТМ	18
Итого часов:		216

Легкая атлетика (для дошкольников)

Распределение учебных часов по разделам на 36 учебных недели

Разделы подготовки	Учебные часы
Теоретическая подготовка	3
Общая физическая подготовка	93
Специальная физическая подготовка	9
Соревнования	2
Контрольные нормативы	1
Общее количество часов:	108

Гиревой спорт

Распределение учебных часов по разделам на 36 учебных недели

№ п/п	Разделы подготовки	Учебные часы
1	Общая физическая подготовка	136
2	Специальная физическая подготовка	44
3	Технико-тактическая подготовка	24
4	Теоретическая подготовка	4
5	Контрольно-переводные испытания	4
6	Соревнования	4
Общее количество часов		216

Распределение учебных часов по разделам на 36 учебных недели

Разделы подготовки	Учебные часы
ОФП	115
СФП	50
Тех. подготовка	18
Соревнования,	12
тестирования и контрольные испытания	9
Теоретическая подготовка	12
Общее количество часов	216

Приложение № 2

Условия комплектования, продолжительность обучения, объем тренировочной нагрузки на всех этапах подготовки по годам представлены в таблицах:

Полиатлон

Наименование этапа	Год обучения	Рекомендуемый возраст занимающихся	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической и спортивной подготовки на конец спортивного года
НП	1	10-12	15	6	Выполнение нормативов по ОФП и СФП технической подготовке
	2	11-12	14	8	
Т	1	12-14	12	12	Уровень спортивных результатов, выполнение нормативов по СФП, ОФП и технической подготовке
	2		10	14	
	3	14-20	8	16	
	4		8	18	
	5		8	18	

Волейбол

Год подготовки	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальное число занимающихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по технико-тактической, физической и спортивной подготовке на конец учебного года
Этапы начальной подготовки				Выполнение нормативов по ОФП и СФП
Первый	9	15	6	
Второй		14	9	
Тренировочный этап				Выполнение

Первый		12	12	нормативов ОФП, СФП, техникой подготовки.
Второй		12	14	
Третий		12	16	Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТП
Четвертый		12	18	

Легкая атлетика

Наименование этапа	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической и спортивной подготовке на конец учебного года
НП	1 год обучения	9	15	6	Выполнение нормативов ОФП
	2 год обучения	10	14	8	Выполнение нормативов ОФП
	3 год обучения	11	14	8	Выполнение нормативов ОФП
Т	1 год обучения	12	12	12	Выполнение нормативов ОФП и СФП.
	2 год обучения	13	10	14	Выполнение нормативов ОФП и СФП.
	3 год обучения	14	8	16	Выполнение нормативов ОФП и СФП.
	4 год обучения	15	8	18	Выполнение нормативов ОФП и СФП.
	5 год обучения	16	8	18	Выполнение нормативов ОФП и СФП.

Гиревой спорт

Наименование этапа	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической и спортивной подготовке на конец учебного года
СО	Не ограничено	10	15	6	Выполнение нормативов ОФП
НП	1 год обучения	10	15	6	Выполнение нормативов ОФП, СФП,
	2 год обучения	11	14	8	

Т	1 год обучения	12	12	12	Выполнение нормативов ОФП, СФП.
	2 год обучения	13	10	14	
	3 год обучения	14	8	16	
	4 год обучения	15	8	18	

Пауэрлифтинг

Наименование этапа	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической и спортивной подготовке на конец учебного года
СО	Не ограничено	10 лет	15	6	Выполнение нормативов ОФП

Легкая атлетика

Наименование этапа	Год обучения	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное количество учебных часов в неделю	Требования по физической, технической и спортивной подготовке на конец учебного года
СО	Не ограничено	5 лет	15	6	Выполнение нормативов ОФП
СО	Не ограничено	7 лет	15	6	Выполнение нормативов ОФП

Приложение № 3

**Учебный план
МКУДО «Мишкинская детско-юношеская спортивная школа»
на 2018 – 2019 учебный год**

Начало учебного года	2 сентября 2019 года; - формирование учебных групп СО и НП первого года обучения для зачисления в ДЮСШ с 1 по 15 сентября.
Продолжительность учебного года	36 недели - спортивно- оздоровительные группы, 42 недели - этап начальной подготовки и тренировочный этап
Участие в соревнованиях	В соответствии с календарным планом спортивных, спортивно-массовых мероприятий

Продолжительность учебной недели	Учреждение работает с 8.00 до 20-30 по шестидневной рабочей неделе с одним выходным днем. Нерабочие и праздничные дни – в соответствии с Постановлениями Правительства РФ.
Начало тренировочных занятий	Согласно утвержденному расписанию
Длительность тренировочных занятий	Продолжительность занятий исчисляется в академических часах по 45 минут для учащихся школьного возраста и 30 минут для учащихся дошкольного возраста. Продолжительность одного занятия в спортивно-оздоровительных группах и на этапе начальной подготовки не более 2-3 академических часов, на тренировочном этапе – не более 3 академических часов.
Этапы образовательного процесса (спортивной подготовки) и максимальный объем нагрузки (в неделю)	Спортивно-оздоровительные группы – 6 часов в неделю; Группы начальной подготовки 1 года обучения – 6 часов; Группы начальной подготовки 2 года обучения – 8 часов; тренировочные группы 1 года обучения – 12 часов; тренировочные группы 2 года обучения – 14 часов; тренировочные группы 3 года обучения – 16 часов. тренировочные группы 4 года обучения – 18 часов
Дополнительные общеобразовательные программы	Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта (баскетбол, легкая атлетика, гиревой спорт, пауэрлифтинг) Дополнительные предпрофессиональные программы в области физической культуры и спорта (легкая атлетика, полиатлон, волебол, гиревой спорт)
Промежуточная аттестация (сдача контрольно-переводных нормативов)	Май 2019 год: сдача контрольно-переводных нормативов по ОФП (для групп спортивно-оздоровительного этапа) Июнь 2019 года. сдача контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП (для групп НП и Т)
Прохождение медицинского обследования	Август-сентябрь

**Календарный учебный график МКУДО «Мишкинская ДЮСШ»
на 2019-2020 учебный год**

№ п/п	Вид спорта	Фамилия, имя, отчество тренера	№ группы	Этап обучения	Возраст учащихся	Кол-во учащихся	Кол-во часов в неделю	Всего часов		
1	Волейбол	Лобанова О.Г.	1	Т-2 год обучения	14-16	16	14	588		
	Итого					16	14	588		
2	Гиревой спорт	Бухаров В.Ю.	2	Т-4 года обучения	17-18	8	18	756		
		Бухаров В.Ю.	3	Спортивно-оздоровительный	12-17	15	6	216		
	Итого					23	24	972		
3	Легкая атлетика	Лобанов В.А.	4	Т-3 год обучения	14-16	14	16	672		
		Лукин Г.А.	5	Т-3 год обучения	16-17	8	16	672		
		Лукин Г.А.	6	Т- 1 год обучения	12-14	12	12	504		
		Лобанов В.А.	7	НП- 2 год обучения	10-13	15	8	336		
		Лукин Г.А.	8	НП-1 год обучения	9-11	16	6	252		
		Жилякова И.А.	9	Спортивно-оздоровительный	10-12	19	6	216		
		Бухаров В.Ю.	10	Спортивно-оздоровительный	12-17	15	6	216		
		Фадеева А.О.	11	Спортивно-оздоровительный	9-10	18	6	216		
		Фадеева А.О.	12	Спортивно-оздоровительный	9-8	18	6	216		
		Фадеева А.О.	13	Спортивно-оздоровительный	6-8	16	6	216		
		Катышева Л.В.	14	Спортивно-оздоровительный	9-10	22	6	216		
		Катышева Л.В.	15	Спортивно-оздоровительный	6-8	23	6	216		
		Мокина Л.С.	16	Спортивно-оздоровительный	14-17	15	6	216		
		Радулова Н.А.	17	Спортивно-оздоровительный	11-15	15	6	216		
		Проскуряков В.И.	18	Спортивно-оздоровительный	14-17	15	6	216		
		Проскуряков В.И.	19	Спортивно-оздоровительный	9-11	15	6	216		
		Фадеева А.О.	20	Спортивно-оздоровительный	6	15	3	108		
		Фадеева А.О.	21	Спортивно-оздоровительный	6	17	3	108		
		Яркова М.А.	22	Спортивно-оздоровительный	5-6	17	3	108		
		Итого					305	133	5136	
		4	Полиатлон	Тетёркин А.Н.	23	Т -4 года обучения	13-16	8	18	756
				Тетёркин А.Н.	24	Т- 3 года обучения	11-13	10	16	672
Костылева А.А.	25			НП 2 года обучения	9-11	15	8	336		
Всего						33	42	1764		
5	Пауэрлифтин	Самарин Р.С.	26	Спортивно-оздоровительная	12-14	15	6	216		

	г	Самарин Р.С.	27	Спортивно-оздоровительный	12-14	15	6	216
	Всего					22	12	432
	ИТОГО					403	225	8892

Всего:

- Учебных групп – **27**, из них: спортивно-оздоровительных – **17**, начальной подготовки – **3**, учебно-тренировочных – **7**.
- Количество учащихся в группах – **403**, из них: в спортивно-оздоровительных – **281**, в группах начальной подготовки – **46**, в тренировочных группах – **76**.
- Количество часов в неделю – **225**, из них: в спортивно-оздоровительных – **93**, в группах начальной подготовки – **22**, в тренировочных группах – **110**.
- Количество часов в год – **8892**, из них: спортивно-оздоровительных – **3348**, в группах начальной подготовки – **924**, в тренировочных группах – **4620**.