

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К УЧЕБНОМУ ПЛАНУ**  
муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
Детско-юношеская спортивная школа «Ливадия» г. Находка

Базисный учебный план МБУ ДО ДЮСШ «Ливадия» г. Находки определяет основные направления физкультурно-спортивной деятельности школы. Учебный план обеспечивает выполнение Федерального Закона РФ «Об образовании», а также реализацию дополнительных программ физкультурно-спортивной направленности.

Учебный план составлен с учетом действующих программ дополнительного образования, дополнительных предпрофессиональных и общеразвивающих. Реализация программ направлена на обеспечение доступности дополнительного образования физкультурно-спортивного профиля, развития личности ребенка, укрепление здоровья и всестороннего гармоничного развития, удовлетворение творческих и дополнительных потребностей обучающихся, содействие самосовершенствованию, развитию интеллектуальных и нравственных способностей, выявление способных к тому или иному виду спорта, предоставления обучающимся возможности в совершенствовании, росту спортивного мастерства.

Учебный план рассчитан на непрерывный образовательный процесс, который наряду с учебно-тренировочными занятиями в секциях (группах) включает разные виды деятельности: и теоретические занятия, работа по индивидуальным планам, медико-восстановительные мероприятия, участие в соревнованиях, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах, пребывание в спортивно-оздоровительных лагерях, инструкторская и судейская практика обучающихся.

Занятия в секциях проводятся бесплатно и обучаются по видам спорта, включенным в государственную программу физического воспитания:

- баскетбол;
- борьба самбо;
- борьба дзюдо;
- киокусинкай каратэ;
- бокс
- каратэ WKF;

Учреждение осуществляет образовательный процесс в соответствии с уровнями образовательных программ:

1 этап – **спортивно-оздоровительный**, основными задачами которого являются: привлечение максимально-возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Основными критериями оценки являются: стабильность состава занимающихся, динамика развития физических качеств и уровень освоения основ гигиены и самоконтроля. Объем учебно-тренировочной нагрузки до 6 часов в неделю, минимальная наполняемость в группе 15 человек, максимальная – 30.

2 этап – **начальной подготовки**, основными задачами которого являются: формирование у занимающихся стойкого интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом; воспитание физических, морально-этических и волевых качеств; улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие; профилактика вредных привычек и правонарушений. Основными критериями оценки являются: стабильность состава занимающихся, динамика роста показателей и физической подготовленности, уровень освоения основ техники видов спорта, гигиены и

самоконтроля. Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки 8 часов в неделю, период подготовки от 2 до 3 лет. Минимальная наполняемость в группе 12-14 человек, максимальная – 25.

3 этап – **тренировочный (спортивной специализации)**, основными задачами которого являются: повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов; подготовка обучающихся к выполнению объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, необходимых для достижения высоких спортивных результатов; создание условий для личностного развития, укрепления здоровья, физического совершенствования, адаптации к жизни, развитие склонностей, интересов и способностей к социальному самоопределению. Основными критериями оценки являются: состояние здоровья обучающихся, уровень физического развития обучающихся, динамика уровня подготовленности в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся, освоение теоретической программы с занесением основных параметров в личные карты спортсменов. Объем учебно-тренировочной нагрузки 12-18 часов в неделю, период подготовки 3-5 лет. Минимальная наполняемость в группе 8 человек, максимальная 14.