

«Рассмотрен»
на заседании педагогического совета
МБУДО ДЮСШ № 2
Протокол № 1
от «31» августа 2015г.



«Утвержден»

Директор МБУДО ДЮСШ № 2
Д.А. Съедин
Приказ № 153
от «01» сентября 2015 г.

Учебный план

муниципального бюджетного
учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа № 2» г.Белгорода
на 2015-2016 учебный год

**Пояснительная записка учебного плана
МБУДО ДЮСШ № 2 на 2015-2016 учебный год,
обеспечивающего реализацию образовательной программы**

1. Общие положения

Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2 разработан в соответствии с нормативными документами:

Федерального уровня:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007г. № 329-ФЗ;
- Закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» № 52-93 от 30.03.1999 года.
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, утвержденного Постановлением федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека № 41 от 4 июля 2014 г. (СанПин 2.4.4.3172-14);
- Письмо Минспорта РФ от 12.05.2014 года № ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;
- Приказ Минспорта РФ от 12.09.2013 года № 730 «Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».
- Приказ Минспорта Российской Федерации от 12.09.2013 года № 731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».
- Приказ Минспорта Российской Федерации от 27.12.2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2013 года № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Минспорта России от 16.08.2013 года № 645 «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку.
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта дзюдо, утвержденный приказом Минспорта России от 19.09.2012 г. № 231.
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта легкая атлетика, утвержденный приказом Минспорта России от 24.04.2013 г. № 220.

- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта спортивная (греко-римская) борьба, утвержденный приказом Минспорта России от 27.03.2013 г. № 145.

- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта плавание, утвержденный приказом Минспорта России от 03.04.2013 г. № 164.

Муниципального уровня:

- Положение об оплате труда работников муниципальных образовательных учреждений г. Белгорода, утвержденного решением Совета депутатов г. Белгорода от 23.09.2008 г. № 84.

Уровня учреждения:

- Устав МБУДО ДЮСШ № 2;
- Образовательная программа МБУДО ДЮСШ № 2 на 2015-2018 годы.
- Программа деятельности МБУДО ДЮСШ № 2 на 2015-2016 учебный год;
- Приказ по МБУДО ДЮСШ № 2 «О начале учебных занятий и утверждении педагогической нагрузки на 2015-2016 учебный год» № 153 от 01.09. 2015г.;
- Дополнительные предпрофессиональные, дополнительные общеразвивающие программы по видам спорта: легкая атлетика, дзюдо, греко-римская борьба, плавание, каратэ;
- Программы спортивной подготовки по легкой атлетике и дзюдо.

Цель учебного плана.

Основной целью учебного плана является содействие реализации образовательной программы.

Режим работы учреждения

Количество групп в МБУДО ДЮСШ № 2:

Наименование отделения	Этап обучения												Всего
	Спортив но- оздорови тельный	Начальной подготовки			Тренировочный					Совершенствован ие спортивного мастерства			
		СО	НП-1	НП-2	НП-3	T-1	T-2	T-3	T-4	T-5	ССМ-1	ССМ-2	
Лёгкая атлетика	5	5	4	1	6	1	4	1	1		1	1	30
Плавание	3	1	2	2	1	2	-	1	-	-	-	-	12
Дзюдо	2	1	3	1	2	1	3	2	2	1	1	1	20
Каратэ	1	1	2	1	1	1	2	-	-	2	-	-	11
Греко-римская борьба	1	-	1	1	1	-	-	-	-	-	1		5
Итого:	12	8	12	6	11	5	9	4	3	3	5		78

Количество учащихся в МБУДО ДЮСШ № 2:

Наименование отделения	Этап обучения												Всего
	Спортив но- оздорови тельный	Начальной подготовки			Тренировочный					Совершенствован ие спортивного мастерства			
		СО	НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4	Т-5	ССМ-1	ССМ-2	
Лёгкая атлетика	75	75	56	14	73	12	36	17	8	3	2	3	374
Плавание	45	15	28	28	12	23	-	10	-	-	-	-	161
Дзюдо	30	15	42	14	24	13	30	20	16	7	3	8	222
Каратэ	15	15	28	14	11	11	18	-	-	8			120
Греко-римская борьба	15	-	14	13	11	-	-	-	-	-	4		57
Итого:	180	120	168	83	131	71	73	47	24	18	9	12	934

Количество часов в неделю/год в МБУДО ДЮСШ № 2:

Наименование отделения	Этап обучения												Всего
	Спортивно -оздорови тельный	Начальной подготовки			тренировочный					Совершенствован ие спортивного мастерства			
		СОГ	НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4	Т-5	ССМ-1	ССМ-2	
Легкая атлетика	20 780	30 1380	32 1472	9 414	60 2760	12 552	56 2576	15 690	16 736		21 1092	21 1092	292 13544
Итого по отделению	20/780	71/3266			159/7314					42/2184			292/ 13544
Плавание	12 468	6 276	16 736	18 828	10 460	24 1104	-	15 690	-	-	-	-	101 4562
Итого по отделению	12/ 468	40/1840			49/2254					-			101/ 4562
Дзюдо	8 312	6 276	24 1104	9 414	20 920	12 552	42 1932	30 1380	32 1472	18 936	42 2184		243 11482
Итого по отделению	8/ 312	39/1794			136/6256					60/3120			243/ 11482
Каратэ	4 156	6 276	16 736	9 414	10 460	12 552	28 1288	--	-	36 1656	-	-	121 5538
Итого по отделению	4 156	31/1426			50/2300					36/1656			121/ 5538
Греко-римская борьба	4 156		8 368	9 414	10 460	-	-	-	-	-	21 1092		52 2490
Итого по отделению	4/ 156	17/782			10/460					21/1092			52/ 2490
Итого по ДЮСШ № 2	48/ 1872	198/9108			404/18584					159/8052			809/ 37616

Учебный год в МБУДО ДЮСШ № 2 начинается 1 сентября.

Тренировочные занятия на отделениях по видам спорта проводятся:

- по дополнительным предпрофессиональным программам, разработанными в МБУДО ДЮСШ № 2, учебному плану, рассчитанному на 46 недель тренировочных занятий;

- по дополнительным общеразвивающим программам, разработанными в МБУДО ДЮСШ № 2, учебному плану, рассчитанному на 39 недель тренировочных занятий;

- по программам спортивной подготовки, разработанными в МБУДО ДЮСШ № 2 на основании ФССП по видам спорта, учебному плану, рассчитанному на 52 недели тренировочных занятий.

Тренировочные занятия с учащимися:

- общеобразовательных школ, гимназий, лицеев в возрасте до 16 лет проводятся с 8.00 часов до 20.00 часов.

- общеобразовательных школ, средних специальных и высших учебных заведений в возрасте от 16 до 18 лет занятия проводятся с 8.00 до 21 часа.

Деятельность спортивной школы осуществляется ежедневно, включая выходные и праздничные дни.

Продолжительность одного тренировочного занятия в день:

- на этапе спортивно-оздоровительном и начальной подготовки
 - до 2 академических часов;
- на этапе тренировочном
 - до 3 академических часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства
 - до 4 академических часов.

1 академический час равен 45 минутам.

Основными формами работы детско-юношеской школы являются:

- тренировочные занятия (групповые);
- тренировочные занятия на учебно- тренировочных сборах;
- участие в спортивных соревнованиях;
- теоретические занятия;
- медико-восстановительные мероприятия.

Особенности учебного плана

Дополнительное образование обеспечивает освоение учащимися общеобразовательных программ по физической культуре и спорту, условия становления и формирования личности учащегося, его склонностей, интересов и способности к социальному самоопределению.

Учебный план на 2015-2016 учебный год складывается из трёх, преемственно связанных между собой этапов спортивной подготовки:

Учебный план складывается из этапов подготовки, преемственно связанных между собой, этапов:

- спортивно-оздоровительный (СО) – от 1 до 10 лет,
- этап начальной подготовки (НП) – 2-3 года,
- тренировочный (Т) содержит две отдельные составляющие:
 - тренировочный - до 2-х лет обучения (1-й, 2-й годы обучения);

- спортивной специализации – до 3-х лет (3-й, 4-й и 5-й годы обучения).
- совершенствования спортивного мастерства (ССМ) – до 3-х лет.

Учебный план каждого этапа обучения **определяет:**

- объём учебных часов по виду спорта (недельная и годовая нагрузка)
- содержание форм промежуточной аттестации: сдача приемных, контрольных и переводных тестов.

Наполняемость **учебного плана** определена составом учебных разделов, обеспечивающих реализацию основной образовательной программы по избранному виду спорта.

Часы учебного плана обеспечивают индивидуальный характер развития учащихся с учетом их личностных особенностей, профессиональных интересов и склонностей и распределены следующим образом:

- групповые тренировочные занятия;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- и видеозаписей, просмотра соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря; учебно-тренировочного сбора;
- работа по индивидуальным планам (этап совершенствования спортивного мастерства);
- медико-восстановительные мероприятия;
- культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях, турнирах;
- инструкторская и судейская практика;
- спортивно-оздоровительная работа.

В результате изучения разнообразных разделов каждый учащийся спортивной школы сможет соотнести свои интересы и способности с предстоящей работой по избираемому профилю.

Задачи
и преимущественная направленность этапов подготовки в видах
единоборств:
дзюдо, греко-римская борьба, каратэ.

Этапы обучения:

- Спортивно-оздоровительный этап (СО) – от 1 до 8 лет.
- Этап начальной подготовки (НП) – 3 года.
- Тренировочный этап (Т) содержит две отдельные составляющие:
 - тренировочный - до 2-х лет занятий (1-й, 2-й годы обучения);
 - спортивной специализации – до 3-х лет (3-й, 4-й, 5-й годы обучения).
- Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ) – 3 год обучения.

Основные задачи этапов обучения:
Спортивно-оздоровительный этап (СО)

- укрепление здоровья детей;
- разносторонняя физическая подготовка;
- устранение недостатков в физическом развитии;
- обучение основам техники, индивидуальной и групповой тактики.

Этап начальной подготовки (НП):

- укрепление здоровья и улучшение физического развития детей и подростков;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений и формирование основ ведения единоборств;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами упражнений;
- выявление задатков и способностей детей, определение вида спорта для последующих занятий, отбор и комплектование учебных групп;
- подготовка и выполнение требований по общей и специальной физической подготовке соответствующей возрастной группы.

Тренировочный этап (Т):

тренировочный – до 2-х лет:

- овладение основами техники и тактики вида борьбы, приобретение соревновательного опыта путём участия в соревнованиях в различных видах спорта (на основе многоборной подготовки);
- подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке соответствующей возрастной группы;
- приобретение навыков в организации и проведении соревнований.

спортивной специализации – до 3-х лет:

- совершенствование в технике и тактике спортивной борьбы, накопление соревновательного опыта в избранном виде спорта;
- подготовка и выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке.
- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств; профилактика вредных привычек и правонарушений.

Совершенствование спортивного мастерства (ССМ):

- прочное овладение базовой техникой и тактикой видов борьбы;
- совершенствование индивидуальной «коронной» техники и тактики;
- повышение надёжности выступлений в соревнованиях;
- освоение повышенных тренировочных нагрузок и накопление соревновательного опыта;
- совершенствование индивидуальной атлетической подготовки с акцентом на развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости;
- повышение уровня психологической подготовки, теоретических знаний;
- воспитание целеустремленности в достижении спортивных результатов;
- подготовка резерва в сборные команды города, области, страны.

**Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения дзюдо
на 2015-2016 учебный год**

№ п/ п	Разделы (виды) спортивной подготовки	Этапы подготовки											
		СО	НП			Т					ССМ		
			1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	3
		ДОП	Дополнительные предпрофессиональные программы									Программы спортивной подготовки	
1	Общая физическая подготовка	52	130	142	158	42	67	93	107	132	71	84	84
2	Специальная физическая подготовка	68	90	150	173	96	115	135	144	154	187	218	218
3	Технико-тактическая подготовка	24	38	55	62	211	254	296	317	325	440	513	513
4	Теоретическая подготовка	8	8	9	9	23	28	32	34	37	37	43	43
5	Контрольные испытания	4	8	8	8	32	32	32	32	32	79	92	92
6	Соревнования	-	-	-	-	32	32	32	32	32	79	92	92
7	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	14	14	14	14	14	32	38	38
8	Восстановительные мероприятия	-	2	4	4	10	10	10	10	10	11	12	12
Всего часов в неделю:		4	6	8	9	10	12	14	15	16	18	21	21
Всего часов:		156	276	368	414	460	552	644	690	736	936	1092	1092

*ДОП – дополнительные общеразвивающие программы

**Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения греко-римской борьбы
на 2015-2016 учебный год**

№ п/п	Разделы (виды) спортивной подготовки	Этапы подготовки				
		СО	НП		Т 1	ССМ 2,3
			2	3		
		ДОП	Дополнительные предпрофессиональные программы			Программы спортивной подготовки
1	Общая физическая подготовка	106	142	154	136	158
2	Специальная физическая подготовка	32	74	86	104	282
3	Технико-тактическая подготовка	8	96	110	120	314
4	Теоретическая, психологическая подготовка	8	28	30	38	132
5	Восстановительные мероприятия	-	20	22	36	148
6	Инструкторская и судейская практика	-	2	4	8	26
7	Участие в соревнованиях и контрольные испытания	2	6	8	18	32
Всего часов в неделю:		4	8	9	10	21
Всего часов:		156	368	414	460	1092

**ДОП – дополнительные общеразвивающие программы*

**Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения каратэ
на 2015-2016 учебный год**

№ п/п	Разделы (виды) спортивной подготовки	Этапы подготовки							ССМ I
		СО	НП			Т			
			1	2	3	1	2	3	
ДОП	Дополнительные предпрофессиональные программы						Программы спортивной подготовки		
1	Общая физическая подготовка	106	182	236	246	220	248	252	158
2	Специальная физическая подготовка	32	72	104	112	118	126	152	262
3	Техническая подготовка	8	10	12	26	68	102	148	154
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	8	8	10	16	26	38	46	52
5	Восстановительные мероприятия	-	-	-	4	4	6	8	12
6	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	10	14	16	20
7	Участие в соревнованиях и контрольные испытания	2	4	6	10	14	18	22	32
Всего часов в неделю:		4	6	8	9	10	12	14	18
Всего часов:		156	276	368	414	460	552	644	828

*ДОП – дополнительные общеразвивающие программы

**Задачи
и преимущественная направленность этапов подготовки
в лёгкой атлетике.**

Этапы обучения:

- Спортивно-оздоровительный этап (СО) – от 1 до 8 лет.
- Этап начальной подготовки (НП) – 3 года.
- Тренировочный этап (Т) содержит две отдельные составляющие:
 - тренировочный - до 2-х лет занятий (1-й, 2-й годы обучения);
 - спортивной специализации – до 3-х лет (3-й, 4-й, 5-й годы обучения).
- Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ) – 3 год обучения.

Основные задачи этапов обучения:

Спортивно-оздоровительный этап (СО)

- укрепление здоровья детей;
- разносторонняя физическая подготовка;
- устранение недостатков в физическом развитии;
- обучение основам техники, индивидуальной и групповой тактики.

Этап начальной подготовки (НП):

- укрепление здоровья;
- улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения упражнений;
- разносторонняя физическая подготовленность;
- выявление задатков и способностей, привитие интереса к тренировочным занятиям;
- воспитание черт характера.

Тренировочный этап (Т):

- дальнейшее укрепление здоровья;
- гармоничное физическое развитие;
- укрепление опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы средствами общей (ОФП) и специальной (СФП) физической подготовки;
- повышение уровня скоростных, силовых и скоростно-силовых качеств;
- обучение основам техники бега и других видов лёгкой атлетики;
- приобретение соревновательного опыта;
- приобретение теоретических знаний по тренировке избранного вида лёгкой атлетики, ведение спортивного дневника и умение анализировать записанные в нём данные.
- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств; профилактика вредных привычек и правонарушений.

Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ):

- дальнейшее повышение специальной физической и технической подготовленности учащихся для достижения высокого уровня работоспособности.
- достижение высокого уровня соответствия и взаимосвязи всех сторон подготовки (физической, технической, тактической, психологической, морально-волевой и др.).

- подготовка и выполнение нормативов КМС и МС России.

**Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения легкой атлетики
на 2015-2016 учебный год**

№ п/п Д О П	Разделы (виды) спортивной подготовки	Этапы подготовки								
		СО	НП			Т				
			1	2	3	1	2	3	4	5
		ДОП	Дополнительные предпрофессиональные программы							
1	Общая физическая подготовка	114	182	232	252	180	214	176	172	184
2	Специальная физическая подготовка	18	38	52	62	114	134	186	210	222
3	Техническая подготовка	18	38	52	62	114	138	190	212	226
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	4	12	22	22	32	40	56	58	62
5	Участие в соревнованиях	1	1	4	8	10	14	22	22	26
6	Инструкторская и судейская практика	-	1	2	4	6	8	10	12	12
7	Контрольно-переводные испытания	1	4	4	4	4	4	4	4	4
Всего часов в неделю:		4	6	8	9	10	12	14	15	16
Всего часов:		156	276	368	414	460	552	644	690	736

звизающие программы

**Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения легкой атлетики
на 2015-2016 учебный год
(бег на короткие дистанции)**

<i>№ п/п</i>	<i>Разделы (виды) спортивной подготовки</i>	Этапы подготовки		
		ССМ		
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
		<i>Программы спортивной подготовки</i>		
1	Общая физическая подготовка	188	234	234
2	Специальная физическая подготовка	286	324	324
3	Техническая подготовка	296	338	338
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	106	128	128
5	Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	60	68	68
<i>Всего часов в неделю:</i>		<i>18</i>	<i>21</i>	<i>21</i>
<i>Всего часов:</i>		<i>936</i>	<i>1092</i>	<i>1092</i>

Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения легкой атлетики
на 2015-2016 учебный год
(бег на средние дистанции)

<i>№ п/п</i>	<i>Разделы (виды) спортивной подготовки</i>	<i>Этапы подготовки</i>		
		<i>ССМ</i>		
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
		<i>Программы спортивной подготовки</i>		
1	Общая физическая подготовка	222	230	230
2	Специальная физическая подготовка	318	376	376
3	Техническая подготовка	230	290	290
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	106	128	128
5	Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	60	68	68
<i>Всего часов в неделю:</i>		<i>18</i>	<i>21</i>	<i>21</i>
<i>Всего часов:</i>		<i>936</i>	<i>1092</i>	<i>1092</i>

**Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения легкой атлетики
на 2015-2016 учебный год
(многоборье)**

<i>№ п/п</i>	<i>Разделы (виды) спортивной подготовки</i>	Этапы подготовки		
		ССМ		
		<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
		<i>Программы спортивной подготовки</i>		
1	Общая физическая подготовка	222	230	230
2	Специальная физическая подготовка	318	376	376
3	Техническая подготовка	230	290	290
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	106	128	128
5	Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	60	68	68
<i>Всего часов в неделю:</i>		<i>18</i>	<i>21</i>	<i>21</i>
<i>Всего часов:</i>		<i>936</i>	<i>1092</i>	<i>1092</i>

Задачи
и преимущественная направленность этапов подготовки
в плавании.

Этапы обучения:

- Спортивно-оздоровительный этап (СО) – от 1 до 10 лет.
- Этап начальной подготовки (НП) – 3 года.
- Тренировочный этап (Т) содержит две отдельные составляющие:
 - тренировочный - до 2-х лет занятий (1-й, 2-й годы обучения);
 - спортивной специализации – до 3-х лет (3-й, 4-й, 5-й год обучения).

Этап спортивно-оздоровительный (СО):

- укрепление здоровья и закаливания;
- устранение недостатков физического развития;
- овладение жизненно необходимым навыком плавания;
- обучение основам техники всех способов плавания и широкому кругу двигательных навыков;
 - развитие физических качеств (выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей);
 - формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям плаванием и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств.

Этап начальной подготовки (НП):

- улучшение состояния здоровья и закаливания;
- устранение недостатков физического развития;
- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к занятиям плаванием, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни;
 - овладение жизненно необходимых навыков плавания;
 - обучение основам техники всех способов плавания и широкому кругу двигательных навыков;
- приобретение детьми разносторонней физической подготовленности: развитие аэробной выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей;
- воспитание морально-этических и волевых качеств, становление спортивного характера;
- поиск талантливых в спортивном отношении детей на основе морфологических критериев и двигательной одарённости.

Тренировочный этап (Т):

- укрепление здоровья, закаливание;
- устранение недостатков в физической подготовленности;
- планомерное повышение уровня общей и специальной физической подготовленности;
- освоение и совершенствование техники всех способов плавания;

- планомерное повышение уровня общей и специальной физической подготовленности; гармоничное совершенствование основных физических качеств с акцентом на развитие аэробной выносливости;
- формирование интереса к целенаправленной многолетней спортивной подготовки;
- к концу этапа – определение предрасположенности к спринтерским или стайерским дистанциям;
- воспитание физических, морально-этических и волевых качеств; профилактика вредных привычек и правонарушений.

**Учебный план МБУДО ДЮСШ № 2
отделения плавания
на 2015-2016 учебный год**

№ п/п Д О П	Разделы (виды) спортивной подготовки	Этапы подготовки						
		СО	НП			Т		
			1	2	3	1	2	4
		ДОП	Дополнительные предпрофессиональные программы					
1	Общая физическая подготовка	102	162	200	222	218	252	268
2	Специальная физическая подготовка	30	54	86	96	114	146	200
3	Техническая подготовка	18	54	68	76	88	106	148
4	Теоретическая, психологическая подготовка	2	2	6	8	24	30	40
5	Участие в соревнованиях и контрольные испытания,	3	4	8	12	16	17	33
6	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	1	1
Всего часов в неделю:		4	6	8	9	10	12	15
Всего часов:		156	276	368	414	460	552	690

развивающие программы

Сведения об используемом программном обеспечении

№ п/п	Наименование отделения	Программа			
		Вид	Автор	Название	Год издания
1	<i>Легкая атлетика</i>	Федеральный стандарт спортивной подготовки	Приказ Минспорта России от 24.04.2013 г. № 220	по виду спорта легкая атлетика	2013
		Дополнительная предпрофессиональная программа	Хаецкая И.В. Подгоренев А.А.	по легкой атлетике	2015
		Программа спортивной подготовки	Хаецкая И.В. Подгоренев А.А.	по легкой атлетике	2015
		Дополнительная общеразвивающая программа	Хаецкая И.В. Подгоренев А.А.	по легкой атлетике	2015
2	<i>Дзюдо</i>	Федеральный стандарт спортивной подготовки	Приказ Минспорта России от 19.09.2012 г. № 231	по виду спорта дзюдо	2013
		Дополнительная предпрофессиональная программа	Копьяк А.С. Мишунин Ю.С.	по дзюдо	2015
		Программа спортивной подготовки	Копьяк А.С. Мишунин Ю.С.	по дзюдо	2015
		Дополнительная общеразвивающая программа	Копьяк А.С. Мишунин Ю.С.	по дзюдо	2015
3	<i>Греко-римская борьба</i>	Федеральный стандарт спортивной подготовки	Приказ Минспорта России от 27.03.2013 г. № 145	по виду спорта спортивная борьба	2013
		Дополнительная предпрофессиональная программа	Съедин Д.А. Тибейкина Е.Н. Ярошенко Н.П. Савин С.А.	по греко-римской борьбе	2015
		Программа спортивной подготовки	Съедин Д.А. Тибейкина Е.Н. Ярошенко Н.П. Савин С.А.	по греко-римской борьбе	2015
		Дополнительная общеразвивающая программа	Тибейкина Е.Н. Савин С.А.	по греко-римской борьбе	2015
		Федеральный стандарт	Приказ Минспорта	по виду спорта	2013

4	Плавание	спортивной подготовки	России от 03.04.2013 г. № 164	плавание	
		Дополнительная предпрофессиональная программа	Тибейкина Е.Н. Чернов Ю.Н.	по плаванию	2015
		Дополнительная общеразвивающая программа	Тибейкина Е.Н. Чернов Ю.Н.	по плаванию	2015
5	Каратэ	Федеральный стандарт спортивной подготовки	проект	по виду спорта каратэ	2014
		Дополнительная предпрофессиональная программа	Тибейкина Е.Н. Дубина Н.М.	по каратэ	2015
		Дополнительная общеразвивающая программа	Тибейкина Е.Н. Дубина Н.М.	по каратэ	2015