

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ДО ДЮСШ  
А.С. Курелюк  
Приказ № 62 от 9.08.2017.

**Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы  
по художественной гимнастике  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения  
дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы с  
отделением адаптивной физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург,  
2017

**Пояснительная записка к учебному плану  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по художественной гимнастике**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по художественной гимнастике составлен в соответствии с:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации, режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Уставом МАОУ ДО ДЮСШ с отделением АФК «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по художественной гимнастике состоит из предметных областей, отнесенных к группе сложно-координационные виды спорта.

Учебный план включает обучение по следующим этапам (периодам) подготовки:

этап начальной подготовки - 3 года;

тренировочный этап - 5 лет;

этап совершенствования спортивного мастерства – 2 года.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 95% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по художественной гимнастике);

5-10 % - теоретическая подготовка;

от 15-25 % - общая и специальная физическая подготовка;

не менее 45% - избранный вид спорта,

от 20-25% - хореография или (акробатика);

до 10% - самостоятельная работа обучающихся.

#### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по художественной гимнастике в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;

индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;

самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;

тренировочные сборы;

участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;

инструкторская и судейская практика;

медико-восстановительные мероприятия;

промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования по каждой предметной области.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
дополнительной предпрофессиональной программы по художественной гимнастике  
на 2017-2018 учебный год

Предметные области  Этапы (периоды) подготовка	Количество часов в год							Форма аттеста ции	Объем обучения (%)
	НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4		
<b>Теория и методика физической культуры и спорта</b>	13	17	17	25	25	38	38	У	5%
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	63 25%	84 25%	84 25%	126 25%	126 25%	151 20%	151 20%	Т	20-25%
<b>Избранный вид спорта</b>	113	151	151	227	227	378	378	Т	45-50%
<b>Хореография и (или) акробатика</b>	50	67	67	101	101	151	151	Т	20%
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	13	17	17	25	25	38	38		5%
<b>Итого</b>	<b>252</b>	<b>336</b>	<b>336</b>	<b>504</b>	<b>504</b>	<b>756</b>	<b>756</b>		<b>100%</b>

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ДО ДЮСШ  
«Росток»

А.С.Курелюк

Приказ № 02 от 20.08.2017



**Учебный план  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по легкой атлетике  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы с отделением адаптивной физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург,  
2017

**Пояснительная записка к учебному плану  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по легкой атлетике**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по легкой атлетике составлен в соответствии с:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации, режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

с Уставом МАОУ ДО ДЮСШ с отделением адаптивной физической культуры «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает состояние социума, возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по легкой атлетике состоит из предметных областей, отнесенных к группе по циклическим, скоростно-силовым видам спорта и многоборьям.

Учебный план включает обучение по следующим этапам (периодам) подготовки:

этап начальной подготовки - 3 года;

тренировочный этап - 5 лет;

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по легкой атлетике);

от 5-10 % - теоретическая подготовка;

от 30-35 % - общая и специальная физическая подготовка;

не менее 45% - избранный вид спорта,

от 5-15% - другие виды спорта и подвижные игры;

до 10% - самостоятельная работа.

#### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по легкой атлетике в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются: тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся; индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу; самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам; тренировочные сборы; участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях; инструкторская и судейская практика; медико-восстановительные мероприятия; промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования по каждой предметной области.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**дополнительной предпрофессиональной программы по легкой атлетике**  
**на 2017-2018 учебный год**

Предметные области	Количество часов в год							Форма аттестации	Объем обучения (%)	
	Этапы (периоды) подготовки	НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3			Т-5
<b>Теория и методика физической культуры и спорта</b>		13	17	17	25	25	38	38	У	5%
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>		87	117	117	177	177	264	264	Т	35%
<b>Избранный вид спорта</b>		126	168	168	252	252	378	378	Т	50%
<b>Другие виды спорта и подвижные игры</b>		13	17	17	25	25	38	38	Т	5%
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		13	17	17	25	25	38	38		5%
<b>Итого</b>		<b>252</b>	<b>336</b>	<b>336</b>	<b>504</b>	<b>504</b>	<b>756</b>	<b>756</b>		<b>100%</b>

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ДО ДЮСШ  
А.С. Курелюк  
Приказ № 67 от 9.08.2017



**Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы  
по настольному теннису  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы с отделением адаптивной физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург,  
2017

## **Пояснительная записка к учебному плану дополнительной предпрофессиональной программы по настольному теннису**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по настольному теннису составлен в соответствии с:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Уставом МАОУ ДО ДЮСШ с отделением АФК «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает состояние социума, возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по футболу состоит из предметных областей, отнесенных к группе игровым видам спорта.

Учебный план включает обучение по следующим этапам (периодам) подготовки:

этап начальной подготовки - 3 года;

тренировочный этап - 5 лет;

этап совершенствования спортивного мастерства – 2 года.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 95% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по настольному теннису);

от 10-15 % - теоретическая подготовка;

от 20-30 % - общая и специальная физическая подготовка;

не менее 45% - избранный вид спорта,

от 10-15% - развитие творческого мышления;

до 10% - самостоятельная работа обучающихся.

### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по настольному теннису в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;
- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования по каждой предметной области.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
дополнительной предпрофессиональной программы по настольному теннису  
на 2017-2018 учебный год

Предметные области  Этапы (периоды) подготовка	Количество часов в год					Форма аттеста ции	Объем обучен ия (%)
	НП-2	НП-3	Т-2	Т-3	Т-5		
<b>Теория и методика физической культуры и спорта</b>	34	34	51	76	76	У	10%
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	101 30%	101 30%	151 30%	189 25%	189 25%	Т	25-30%
<b>Избранный вид спорта</b>	151 45%	151 45%	201 45%	378 50%	378 50%	Т	45-50%
<b>Развитие творческого мышления</b>	34	34	51	76	76	Т	10%
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	16	16	25	37	37		5%
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>336</b>	<b>504</b>	<b>756</b>	<b>756</b>		<b>100%</b>

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ДО ДЮСШ  
А.С. Курелюк  
Приказ № 62 от 9.08.2017.

**Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы  
по бадминтону  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения  
дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы с  
отделением адаптивной физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург,  
2017

## **Пояснительная записка к учебному плану дополнительной предпрофессиональной программы по бадминтону**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по бадминтону составлен в соответствии с:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Уставом МАОУ ДО ДЮСШ с отделением АФК «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает состояние социума, возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по бадминтону состоит из предметных областей, отнесенных к группе игровым видам спорта.

Учебный план включает обучение по следующим этапам (периодам) подготовки:

этап начальной подготовки - 3 года;

тренировочный этап - 5 лет;

этап совершенствования спортивного мастерства – 2 года.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 95% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по бадминтону);

от 10-15 % - теоретическая подготовка;

от 20-30 % - общая и специальная физическая подготовка;

не менее 45% - избранный вид спорта,

от 10-15% - развитие творческого мышления;

до 10% - самостоятельная работа обучающихся.

#### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по бадминтону в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;

индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;

самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;

тренировочные сборы;

участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;  
инструкторская и судейская практика;  
медико-восстановительные мероприятия;  
промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме  
тестирования по каждой предметной области.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
дополнительной предпрофессиональной программы по бадминтону  
на 2017-2018 учебный год

Предметные области  Этапы (периоды) подготовка	Количество часов в год				Форма аттеста ции	Объем обучени я (%)
	НП-1	НП-2	Т-1	Т-3		
<b>Теория и методика физической культуры и спорта</b>	25	34	51		У	10%
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	76 30%	101 30%	151 30%	189 25%	Т	25-30%
<b>Избранный вид спорта</b>	113 45%	151 45%	226 45%	378 50%	Т	45-50%
<b>Развитие творческого мышления</b>	25	34	51	76	Т	10%
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	13	16	25	37		5%
<b>Итого</b>	<b>252</b>	<b>336</b>	<b>504</b>	<b>756</b>		<b>100%</b>

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ДО ДЮСШ  
«Росток»

А.С.Курелюк

Приказ № 67 от 9.08.2017.

**Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы  
по АРМРЕСТЛИНГУ  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного  
образования детско-юношеской спортивной школы с отделением адаптивной  
физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург, 2017

## **Пояснительная записка к учебному плану дополнительной предпрофессиональной программы по армрестлингу**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по армрестлингу составлен в соответствии с:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации, режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Уставом МАОУ ДО ДЮСШ «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает состояние социума, возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;  
непрерывность обучения;  
оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по армрестлингу состоит из предметных областей, отнесенных к группе спортивное единоборство.

Учебный план включает обучение по следующим этапам (периодам) подготовки:

этап начальной подготовки - 3 года;

тренировочный этап - 5 лет.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по армрестлингу);

5-10 % - теоретическая подготовка;

20-25 % - общая и специальная физическая подготовка;

не менее 45% - избранный вид спорта,

5-10% - освоение других видов спорта и подвижных игр;

10-15% - технико-тактическая и психологическая подготовка;

до 10% - самостоятельная работа.

#### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по армрестлингу в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

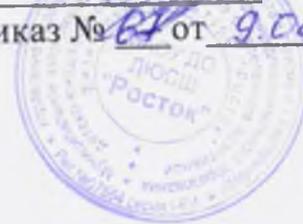
- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;
- самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования по каждой предметной области.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ДО ДЮСШ

А.С. Курелюк

Приказ № 67 от 9.08.2017



**Учебный дополнительной предпрофессиональной программы  
по спорту спорт глухих «мини-футбол»  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения  
дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы с  
отделением адаптивной физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург,  
2017

**Пояснительная записка к учебному плану  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по спорту спорт глухих «мини-футбол»**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по спорту спорт глухих «мини-футбол» составлен в соответствии с:

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Уставом МАОУ ДО ДЮСШ с отделением АФК «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает состояние социума, возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по спорту спорт глухих «мини-футбол» состоит из предметных областей, отнесенных к группе адаптивных видам спорта.

Учебный план включает обучение по следующим этапам (периодам) подготовки:

этап начальной подготовки - 3 года;

тренировочный этап - 5 лет;

этап совершенствования спортивного мастерства – 2 года.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 50% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по спорту спорт глухих «мини-футбол»);

от 5-10 % - теоретическая подготовка;

от 30-40 % - общая и специальная физическая подготовка;

не менее 40% - избранный вид спорта,

от 10 -15% - другие вида спорта и подвижные игры;

до 10% - самостоятельная работа обучающихся.

#### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по спорту спорт глухих «мини-футбол» в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;

индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;

самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;

тренировочные сборы;

участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;

инструкторская и судейская практика;  
медико-восстановительные мероприятия;  
промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме  
тестирования по каждой предметной области.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по спорту спорт глухих «мини-футбол» на 2017-2018 учебный год

Предметные области  Этапы (периоды) подготовка	Количество часов в год		Форма аттеста ции	Объем обучен ия (%)
	НП-2	Т-5		
<b>Теория и методика физической культуры и спорта</b>	17	37	У	5%
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	134	303	Т	40%
<b>Избранный вид спорта</b>	134	303	Т	40%
<b>Другие виды спорта и подвижные игры</b>	34	76	Т	10%
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	17	37		5%
<b>ИТОГО:</b>	<b>336</b>	<b>756</b>		<b>100%</b>

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ДО ДЮСШ  
А.С. Курелюк  
Приказ № 67 от 2.08.2017.



**Учебный план  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по футболу  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы с отделением адаптивной физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург,  
2017

## **Пояснительная записка к учебному плану дополнительной предпрофессиональной программы по футболу**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по футболу составлен в соответствии с :

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации, режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Уставом МАОУ ДО ДЮСШ с отделением АФК «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает состояние социума, возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по футболу состоит из предметных областей, отнесенных к группе командным игровым видам спорта.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 60% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по футболу);  
не менее 10 % - теоретическая подготовка;  
от 10-20 % - общая физическая подготовка;  
от 10-20 % - специальная физическая подготовка;  
не менее 45% - избранный вид спорта,  
до 10% - самостоятельная работа обучающихся.

### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по футболу в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:  
тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;  
индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;  
самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;  
тренировочные сборы;  
участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;  
инструкторская и судейская практика;  
медико-восстановительные мероприятия;  
промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования по каждой предметной области.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
дополнительной предпрофессиональной программы по футболу  
на 2017-2018 учебный год

Предметные области  Этапы (периоды) подготовки	Количество часов в год		Форма аттестации	Объем обучения (%)
	Т-1	Т-3		
<b>Теория и методика физической культуры и спорта</b>	50	76	У	10%
<b>Общая физическая подготовка</b>	76 15%	113 15%	Т	15-20%
<b>Специальная физическая подготовка</b>	101 20%	151 20%	Т	15-20%
<b>Избранный вид спорта</b>	252	378	Т	50%
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	25	38		5%
<b>ИТОГО:</b>	<b>504</b>	<b>756</b>		<b>100%</b>

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ДО ДЮСШ

А.С. Курелюк

Приказ № 02 от 09.07.2017.



**Учебный план  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по спорту спорт глухих «спортивное ориентирование»  
на 2017-2018 учебный год**

Муниципального автономного образовательного учреждения  
дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы с  
отделением адаптивной физической культуры «Росток»

г. Екатеринбург,  
2017

**Пояснительная записка к учебному плану  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по спорту спорт глухих «спортивное ориентирование»**

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по спорту спорт глухих «спортивное ориентирование» составлен в соответствии с:

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Уставом МАОУ ДО ДЮСШ с отделением АФК «Росток»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 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»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с образовательной программой и Уставом учреждения.

**Учебный план** определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся. Учебный план учитывает состояние социума, возможности педагогического коллектива, состояние материально-технической базы учреждения, образовательные потребности обучающихся и их родителей.

**Учебный план обеспечивает:**

права обучающихся на получение качественного образования, установленные федеральными государственными требованиями;

непрерывность обучения;

оптимальную нагрузку обучающихся.

Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы по спорту спорт глухих «спортивное ориентирование» состоит из предметных областей, отнесенных к группе адаптивным видам спорта.

Учебный план включает обучение по следующим этапам (периодам) подготовки:

этап начальной подготовки - 3 года;

тренировочный этап - 5 лет.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

Учебным планом предусмотрено соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана:

оптимальный объем тренировочной и соревновательной деятельности обучающихся (в объеме от 50% до 90% от аналогичных показателей, устанавливаемых федеральными стандартами спортивной подготовки по спорту спорт глухих «спортивное ориентирование»);

1. теория и методика физической культуры и спорта от 5 % до 10%;
2. общая и специальная физическая подготовка от 30 до 40 %;
3. избранный вид спорта в объеме не менее 40 %;
4. другие виды спорта и подвижные игры в объеме от 10 % до 15 %;
5. самостоятельная работа обучающихся до 10 %.

#### **Режим функционирования.**

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 8 календарных недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы по спорту спорт глухих «спортивное ориентирование» в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Формы промежуточной и итоговой аттестации предусмотрены учебным планом. Порядок проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся определяется Положением о проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;

индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;

самостоятельная работа занимающихся по индивидуальным планам;  
тренировочные сборы;

участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;

инструкторская и судейская практика;

медико-восстановительные мероприятия;

промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме тестирования по каждой предметной области.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной предпрофессиональной программы  
по спорту спорт глухих «спортивное ориентирование» на 2017-2018  
учебный год

Предметные области  Этапы (периоды) подготовка	Количество часов в год		Форма аттестации	Объем обучения (%)
	Т-2	Т-3		
<b>ТМФК и С</b>	25	37	У	5%
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	201	303	Т	40%
<b>Избранный вид спорта</b>	201	303	Т	40%
<b>Другие виды спорта и подвижные игры</b>	52	76	Т	10%
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	25	37		5%
<b>ИТОГО:</b>	<b>504</b>	<b>756</b>		<b>100%</b>

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям