

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ДО ДЮСШ
А.С. Курелюк
Приказ № 82 от 13.02.2018



**Учебный план дополнительной предпрофессиональной программы
по художественной гимнастике
на 2018-2019 учебный год**

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

г. Екатеринбург,
2018

**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 2018-2019 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-4	Т-5		
Теория и методика физической культуры и спорта	13	17	17	25	25	38	38	У	5%
Общая и специальная физическая подготовка	63 25%	84 25%	84 25%	126 25%	126 25%	151 20%	151 20%	Т	20-25%
Избранный вид спорта	113	151	151	227	227	378	378	Т	45-50%
Хореография и (или) акробатика	50	67	67	101	101	151	151	Т	20%
Самостоятельная работа обучающихся	13	17	17	25	25	38	38		5%
Итого	252	336	336	504	504	756	756		100%

У – устный опрос

Т – тестирование по предметным областям