

СОГЛАСОВАНО  
педагогическим советом  
МБУДО «ДЮСШ»  
Волховского муниципального района  
протокол от 31 мая 2021 №6

Приложение  
УТВЕРЖДЕНО  
приказом МБУДО «ДЮСШ»  
Волховского муниципального района  
от 31 мая 2021 года №138

**Образовательная программа**  
**МБУДО «ДЮСШ» Волховского муниципального района**

**1. Общие положения**

1.1. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» Волховского муниципального района (далее по тексту - учреждение).

1.2. Организационно - правовая форма учреждения – муниципальное учреждение. Тип учреждения – бюджетное учреждение дополнительного образования.

1.3. Учреждение осуществляет свою деятельность в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федерального закона от 29.12.2012г. №273 «Об образовании в Российской Федерации», другими федеральными законами, иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, Ленинградской области, Волховского муниципального района и Уставом Учреждения.

1.4. Учредитель и Собственник учреждения - Волховский муниципальный район Ленинградской области.

1.5. Учреждение находится в ведомственном подчинении Комитета по образованию администрации Волховского муниципального района, который осуществляет организационные и координационные функции в отношении Учреждения в пределах предоставленных полномочий.

1.6. Лицензия на осуществление образовательной деятельности № 672-16 от 12 декабря 2016 года Серия 47ЛЮ1 № 0002009 и Приложение к лицензии № 672-16 от 12 декабря 2016 года - Серия 47П01 № 0000452 выдана Комитетом общего и профессионального образования Ленинградской области.

1.7. Лицензии на осуществление медицинской деятельности № ЛО-47-01-001574 от 07 декабря 2016 года СЕРИЯ ЛО № 0030035 и Приложения к лицензии № ЛО-47-01-001574 от 07 декабря 2016 года СЕРИЯ ЛО №014859 выдана комитетом здравоохранения Ленинградской области.

1.8. Обучение и воспитание в Учреждении ведутся на русском языке.

1.9. Обоснование образовательной программы.

Образовательная программа учреждения разработана на основании Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», аналитических материалов учреждения по результатам деятельности. Настоящая программа является нормативно - управленческим документом, характеризующим специфику содержания образования и особенности организации образовательного процесса учреждения.

Образовательная программа учреждения, призвана объединить в себе интересы ребенка, семьи, общества и государства, выступающим основным социальным заказчиком.

## **2. Цели, предмет и виды деятельности Учреждения**

2.1. Основной целью деятельности учреждения является образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам.

2.1. Предметом деятельности учреждения является обучение и воспитание в интересах человека, семьи, общества и государства, создание благоприятных условий для разностороннего развития личности.

2.2. Учреждение реализует дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности.

2.3. Учреждение осуществляет следующие основные виды деятельности:  
 реализация дополнительных общеобразовательных программ – дополнительных общеразвивающих программ;  
 реализация дополнительных общеобразовательных программ – дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта;  
 организация отдыха и оздоровления учащихся в каникулярное время.

## **3. Содержание образовательной программы**

3.1. Содержание образования в учреждении определяется образовательной программой, утверждаемой и реализуемой учреждением самостоятельно. Образовательная программа разрабатывается на основе соответствующих дополнительных общеобразовательных программ реализуемых в учреждении.

3.2. Дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности, реализуемые в учреждении:

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Бадминтон» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Бокс» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная предпрофессиональная программа «Бокс» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Лыжные гонки» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Рукопашный бой» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная предпрофессиональная программа «Рукопашный бой» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Тхэквондо ВТФ» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная предпрофессиональная программа «Тхэквондо ВТФ» (Приказ от 31.05.2021 г. №138);

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол» (Приказ от 31.05.2021 г. №138).

3.3. Целью дополнительных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности – физическое воспитание личности, получение начальных знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, выявление одарённых детей.

3.3.1. Задачи:

-удовлетворить потребности, учащихся в занятиях физической культурой и спортом;

-сформировать у учащихся начальные знания, умения и навыки в области физической культуры и спорта;

-содействовать формированию культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплению здоровья учащихся;

-выявить способных детей к занятиям избранным видом спорта;

-создавать и обеспечивать необходимые условия для личностного развития;

-способствовать социализации и адаптации, учащихся к жизни в обществе;

-привить интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

-содействовать развитию физических качеств, необходимых для выполнения государственных требований ВФСК ГТО.

3.3.2. Программы предназначены для детей от 5 лет до 17 лет.

3.3.3. Срок обучения– 1 год.

3.4. Целью дополнительных предпрофессиональных программ, является физическое воспитание личности, получение начальных знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, в том числе избранного вида спорта и подготовку к освоению этапов спортивной подготовки по избранному виду спорта, выявление одарённых детей.

3.4.1. Задачи:

- содействовать укреплению здоровья учащегося;

- содействовать формированию культуры здорового и безопасного образа жизни;

- содействовать формированию навыков адаптации к жизни в обществе;

- содействовать формированию профессиональной ориентации;

- содействовать получению начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;

- удовлетворение потребностей в двигательной активности;

- подготовка учащихся к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;

-отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;

- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

3.4.2. Возраст учащихся определяется конкретной программой.

3.4.3. Сроки обучения - 8 лет

3.4.3. Программы предусматривают два уровня сложности: базовый и углублённый в освоении учащимися программы.

3.5. С учетом потребностей и возможностей личности учащихся, дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности осваиваются в следующих формах: групповые учебно-тренировочные занятия, индивидуальная работа с учащимися, участие в соревнованиях, спортивных и культурных мероприятиях, участие в учебно-тренировочных сборах, инструкторская и судейская практика учащихся. Допускается сочетание различных форм получения образования.

3.6. По целевой установке образовательной программе учреждения характерна большая разнообразность получаемых знаний, умений и навыков, связанных с учебным материалом дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности.

#### **4. Педагогический состав**

В настоящее время в учреждении сложился стабильный педагогический коллектив. Педагогические работники проходят обучение на курсах повышения квалификации.

Педагогические работники, удостоенные почетных званий и наград:  
- знаком «Отличник физической культуры и спорта» - А.А. Еремеев

#### **5. Учащиеся**

В настоящее время в учреждении обучаются дети от 5 до 17 лет.

#### **6. Внешкольная деятельность учреждения**

Внешкольная деятельность учреждения:

- организация досуга учащихся учреждения, способствующего повышению их культурного уровня;

- приобретение знаний и умений по широкому кругу интересов, воспитанию любви к Родине.

Формы организации деятельности:

- спортивные и культурные мероприятия, соревнования и учебно-тренировочные сборы;

- экскурсии, посещение музеев;

- оформление информационных стендов.

#### **7. Профориентационная деятельность**

Этот вид деятельности направлен на расширение знаний учащихся об избранном виде спорта, и возможности выбора профессии, связанной с физической культурой и спортом.

Формы организации деятельности:

- встречи учащихся с выпускниками учреждения;

- встречи с сильнейшими спортсменами;

- тематические беседы.

## **8. Работа с родителями (законными представителями)**

Работа учреждения с родителями (законными представителями) включает в себя привлечение их к участию в различных формах деятельности учреждения:

Формы организации деятельности:

- индивидуальные беседы, консультации;
- родительские собрания;
- спортивные и культурные мероприятия.

## **9. Охрана жизни и здоровья учащихся**

Деятельность по охране жизни и здоровья учащихся является одним из важных видов деятельности, так как обеспечивает возможность высокоэффективного образовательного процесса и направлена на укрепление здоровья и достижения поставленных задач.

Формы организации деятельности:

- санитарно-просветительская работа;
- врачебно-педагогический контроль;
- инструктаж по охране труда;
- оказание первой доврачебной помощи;
- личная гигиена;
- правила самоконтроля;
- правила поведения в общественных местах.

## **10. Общественно – методическая деятельность**

Вид этой деятельности направлен на организацию методической поддержки педагогических работников муниципальных образовательных учреждений.

Формы организации деятельности:

- семинары для учителей физической культуры города и района;
- открытые учебно-тренировочные занятия по видам спорта;
- консультативная помощь в подготовке к аттестации педагогических работников;
- организация и проведение зональных этапов соревнований в рамках Областной Спартакиады школьников и Президентских состязаний.

## **11. Педагогический контроль**

Система оценки результатов освоения программы определена Положением о текущем контроле успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации учащихся.

При реализации дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности огромное внимание уделяется аспекту воспитания учащихся.

Тренеры – преподаватели стараются создать атмосферу доброжелательности, взаимопонимания, доверительного отношения друг к другу, значимости каждого участника в образовательном процессе.

## **12. Организация образовательного процесса**

Образовательный процесс, строится на педагогически обоснованном выборе тренером-преподавателем дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности, современных технологий в обучении и воспитании учащихся.

Образовательный процесс, включает в себя теоретические и практические занятия, участие в соревнованиях различного ранга.

Организация и проведение образовательного процесса в учреждении регламентируется:

- учебной нагрузкой;
- дополнительными общеобразовательными программами физкультурно-спортивной направленности;
- годовым календарным учебным графиком;
- планом работы Учреждения;
- планами графиками распределения программного материала;
- календарём спортивных и культурных мероприятий;
- расписанием учебно-тренировочных занятий.

Вся учебная документация разработана в соответствии с нормативными локальными актами и утверждена учреждением самостоятельно.

Учреждение организует работу с учащимися в течение всего календарного года. Учебный год начинается с 01 сентября и составляет:

Программы	Год обучения	Количество учебных часов	
		в неделю	в год
Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности	1 год	4	168 (при 42 учебных неделях)
			144 (при 36 учебных неделях)
Дополнительная предпрофессиональная программа (этап начальной подготовки)	НП 1 г/об.	6	252
	НП 2 г/об.	8	336
	НП 3 г/об.	8	336
Дополнительная предпрофессиональная программа (тренировочный этап)	ТГ 1 г/об.	10	420
	ТГ 2 г/об.	10	420
	ТГ 3 г/об.	12	504
	ТГ 4 г/об.	14	588
	ТГ 5 г/об.	14	588

#### Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Бадминтон»

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	5	10/30	4	144 (при 36 неделях)

#### Учебно-тематическое планирование при 144 часах

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	17
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	43
2.2.	Избранный вид спорта	65
2.3.	Развитие творческого мышления	17
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Баскетбол»

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	6	10/30	4	168 (при 42 неделях) 144 (при 36 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 168 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	20
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	54
2.2.	Избранный вид спорта	92
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		168

**Учебно-тематическое планирование при 144 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	18
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	49
2.2.	Избранный вид спорта	75
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Бокс»

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	6	10/30	4	144 (при 36 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 144 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	12
2.	Практическая подготовка	
2.1	Общая и специальная физическая подготовка	36
2.2	Избранный вид спорта	82
2.3.	Другие виды спорта и подвижные игры	12
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Волейбол»

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	6	10/30	4	144 (при 36 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 144 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	18
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	49
2.2.	Избранный вид спорта	75
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Лыжные гонки»

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	5	10/30	4	168 (при 42 неделях) 144 (при 36 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 168 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	19
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	47
2.2.	Избранный вид спорта	81
2.3.	Другие виды спорта и подвижные игры	19
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		168

**Учебно-тематическое планирование при 144 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	17
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	41
2.2.	Избранный вид спорта	67
2.3.	Другие виды спорта и подвижные игры	17
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144



**Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Настольный теннис»**

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	5	10/30	4	168 (при 42 неделях) 144 (при 36 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 168 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	19
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	48
2.2.	Избранный вид спорта	80
2.3.	Развитие творческого мышления	19
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		168

**Учебно-тематическое планирование при 144 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	17
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	43
2.2.	Избранный вид спорта	65
2.3.	Развитие творческого мышления	17
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144

**Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Рукопашный бой»**

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	6	10/30	4	168 (при 42 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 168 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	12
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	42
2.2.	Избранный вид спорта	100
2.3.	Другие виды спорта и подвижные игры	12
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		168

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Тхэквондо ВТФ»

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	5	10/30	4	144 (при 36 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 144 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	10
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	36
2.2.	Избранный вид спорта	86
2.3.	Другие виды спорта и подвижные игры	10
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол»

Структура системы подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное/максимальное количество учащихся в группе

Период	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Наполняемость групп (человек)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
1 год	5	10/30	4	168 (при 42 неделях) 144 (при 36 неделях)

**Учебно-тематическое планирование при 168 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	19
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	54
2.2.	Избранный вид спорта	93
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		168

**Учебно-тематическое планирование при 144 часах**

№	Раздел подготовки	Количество часов
		4 часа в неделю
1.	Теоретическая подготовка	
1.1.	Теория и методика физической культуры и спорта	17
2.	Практическая подготовка	
2.1.	Общая и специальная физическая подготовка	48
2.2.	Избранный вид спорта	77
3.	Промежуточная аттестация	2
Общее количество часов		144

### Дополнительная предпрофессиональная программа «Бокс»

**Структура системы многолетней подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное количество учащихся в группе**

Уровень сложности	Этапы обучения	Год обучения	Наполняемость групп (человек)	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
базовый	начальной подготовки	НП 1 г/об.	15-25	10	6	252
		НП 2 г/об.	15-20	11	8	336
		НП 3 г/об.	15-20	12	8	336
	тренировочный	ТГ 1 г/об.	15-20	13	10	420
		ТГ 2 г/об.	15-20	14	10	420
углублённый	тренировочный	ТГ 3 г/об.	10-14	15	12	504
		ТГ 4 г/об.	10-14	16	14	588
		ТГ 5 г/об.	10-12	17	14	588

### Разделы подготовки учебно-тематического планирования и соотношение объёмов по годам обучения

№	Раздел подготовки Уровень сложности Этапы обучения	Количество часов								
		базовый					углублённый			
		НП 1 г/об.	НП 2 г/об.	НП 3 г/об.	Т 1 г/об.	Т 2 г/об.	Т 3 г/об.	Т 4 г/об.	Т 5 г/об.	
1.	Теоретическая подготовка									
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	30	40	40	48	48	54	63	63	
2.	Практическая подготовка									
2.1.	Общая физическая подготовка	75	100	100	126	126	-	-	-	
2.2.	Общая и специальная физическая подготовка	-	-	-	-	-	72	84	84	
2.3.	Вид спорта	75	100	100	126	126	151	176	176	
2.4.	Различные виды спорта и подвижные игры	34	46	46	55	55	55	58	58	
2.5.	Развитие творческого мышления	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.6.	Специальные навыки	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.7.	Спортивное и специальное оборудование	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.8.	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	50	85	85	
2.9.	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	30	30	30	
3.	Промежуточная аттестация	2	2	2	2	2	2	2	-	
4.	Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-	2	
5.	Самостоятельная работа	индивидуальные планы								
Общее количество часов		252	336	336	420	420	504	588	588	

## Дополнительная предпрофессиональная программа «Рукопашный бой»

### Структура системы многолетней подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное количество учащихся в группе

Уровень сложности	Этапы обучения	Год обучения	Наполняемость групп (человек)	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
базовый	начальной подготовки	НП 1 г/об.	15-25	10	6	252
		НП 2 г/об.	15-20	11	8	336
		НП 3 г/об.	15-20	12	8	336
	тренировочный	ТГ 1 г/об.	15-20	13	10	420
		ТГ 2 г/об.	15-20	14	10	420
углублённый	тренировочный	ТГ 3 г/об.	10-14	15	12	504
		ТГ 4 г/об.	10-14	16	14	588
		ТГ 5 г/об.	10-12	17	14	588

### Разделы подготовки учебно-тематического планирования и соотношение объёмов по годам обучения

№	Раздел подготовки Уровень сложности Этапы обучения	Количество часов								
		базовый					углублённый			
		НП 1 г/об.	НП 2 г/об.	НП 3 г/об.	Т 1 г/об.	Т 2 г/об.	Т 3 г/об.	Т 4 г/об.	Т 5 г/об.	
1.	Теоретическая подготовка									
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	30	40	40	48	48	54	63	63	
2.	Практическая подготовка									
2.1.	Общая физическая подготовка	75	100	100	126	126	-	-	-	
2.2.	Общая и специальная физическая подготовка	-	-	-	-	-	72	84	84	
2.3.	Вид спорта	75	100	100	126	126	151	176	176	
2.4.	Различные виды спорта и подвижные игры	34	46	46	55	55	55	58	58	
2.5.	Развитие творческого мышления	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.6.	Специальные навыки	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.7.	Спортивное и специальное оборудование	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.8.	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	50	85	85	
2.9.	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	30	30	30	
3.	Промежуточная аттестация	2	2	2	2	2	2	2	-	
4.	Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-	2	
5.	Самостоятельная работа	индивидуальные планы								
Общее количество часов		252	336	336	420	420	504	588	588	

## Дополнительная предпрофессиональная программа «Тхэквондо ВТФ»

### Структура системы многолетней подготовки, минимальный возраст для зачисления на обучение и минимальное количество учащихся в группе

Уровень сложности	Этапы обучения	Год обучения	Наполняемость групп (человек)	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Объем тренировочной нагрузки в неделю (в академических часах)	Общее количество часов в год
базовый	начальной подготовки	НП 1 г/об.	15-25	10	6	252
		НП 2 г/об.	15-20	11	8	336
		НП 3 г/об.	15-20	12	8	336
	тренировочный	ТГ 1 г/об.	15-20	13	10	420
		ТГ 2 г/об.	15-20	14	10	420
углублённый	тренировочный	ТГ 3 г/об.	10-14	15	12	504
		ТГ 4 г/об.	10-14	16	14	588
		ТГ 5 г/об.	10-12	17	14	588

### Разделы подготовки учебно-тематического планирования и соотношение объёмов по годам обучения

№	Раздел подготовки Уровень сложности Этапы обучения	Количество часов								
		базовый					углублённый			
		НП 1 г/об.	НП 2 г/об.	НП 3 г/об.	Т 1 г/об.	Т 2 г/об.	Т 3 г/об.	Т 4 г/об.	Т 5 г/об.	
1.	Теоретическая подготовка									
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	30	40	40	48	48	54	63	63	
2.	Практическая подготовка									
2.1.	Общая физическая подготовка	75	100	100	126	126	-	-	-	
2.2.	Общая и специальная физическая подготовка	-	-	-	-	-	72	84	84	
2.3.	Вид спорта	75	100	100	126	126	151	176	176	
2.4.	Различные виды спорта и подвижные игры	34	46	46	55	55	55	58	58	
2.5.	Развитие творческого мышления	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.6.	Специальные навыки	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.7.	Спортивное и специальное оборудование	12	16	16	21	21	30	30	30	
2.8.	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	-	-	50	85	85	
2.9.	Судейская подготовка	-	-	-	-	-	30	30	30	
3.	Промежуточная аттестация	2	2	2	2	2	2	2	-	
4.	Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	-	-	2	
5.	Самостоятельная работа	индивидуальные планы								
Общее количество часов		252	336	336	420	420	504	588	588	

Выпускниками учреждения являются учащиеся, прошедшие все этапы подготовки и выполнившие нормативные требования изучаемой дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности.

### **13. Психолого-педагогическое обеспечение программы**

Основной целью образовательного процесса Учреждения является создание комфортных условий, обеспечивающих творческое развитие личности каждого учащегося.

Дополнительному образованию детей свойственна высокая степень вариативности в обучении, благодаря которой каждый учащийся может выбрать образовательный маршрут, отвечающий его интересам и склонностям, объему и темпу освоения образовательных программ.

Добровольно включаясь в образовательный процесс дополнительного образования, ребенок и родители (законные представители) доверяют тренерам-преподавателям, свое свободное время, надеясь на удовлетворение потребностей развивающейся личности. Для достижения ожидаемого результата в учреждении создаются условия, образовательная среда, где ребенок должен чувствовать себя комфортно.

Образовательная среда – комплекс необходимых условий, при выполнении которых ребенок получает возможность для свободного активного самоопределения, саморазвития и состоит из:

- наличия спортивных помещений для занятий, необходимого спортивного инвентаря и оборудования;
- содержания программ и их гибкости;
- форм детских объединений, количественного состава в группах, объединение по возрастному признаку и уровню физической подготовленности;
- обеспечение образовательного процесса квалифицированными кадрами.

В системе дополнительного образования существует возможность для создания условий и возможностей личностного развития и реализации творческого потенциала ребенка, для его совершенствования в избранном виде деятельности и повышения функциональной грамотности.

Атмосфера доброжелательности и взаимоуважения, авторитетности тренеров-преподавателей преобладание положительной оценки деятельности, создание успеха, приобретает особое значение в условиях личностно-ориентированной педагогики.

### **14. Медико-санитарное обеспечение программы**

С ростом интенсивности и объема тренировочной нагрузки значимость контроля резко возрастает. Приближение нагрузки к физическому порогу часто означает, что вопросы контроля – это не только рост тренированности, но и вопрос сохранения здоровья юного спортсмена.

Контроль над охраной труда при проведении учебных занятий проводится с целью исключения травматизма и несчастных случаев в соответствии с инструкциями по охране труда при проведении учебных занятий.

Учащиеся получают навыки и умения по составлению медицинской аптечки, оказания первой медицинской помощи при травмах и способах транспортировки, доврачебной помощи.

Санитарно-просветительская работа включает в себя ряд мероприятий:

- обслуживание соревнований;
- проведение бесед на медицинские темы;
- проведение родительских собраний.

### **15. Ожидаемые результаты реализации программы**

- удовлетворение социального заказа;
- повышение качества содержания образовательного процесса;
- увеличение контингента учащихся;
- укрепление материально-технической и учебно-материальной базы;
- накопление опыта сотрудничества по организации и проведению спортивных мероприятий, семинаров по актуальным проблемам образовательного процесса;
- совершенствование спортивного мастерства участников образовательного процесса;
- развитие различных форм сотрудничества между всеми участниками проекта, с целью совершенствования имеющихся и создания новых средств, методов в образовательном процессе.

### **16. Критерии и показатели оценки эффективности программы**

Реализация мероприятий программы направлена на достижение социального эффекта, формирование развитой, социально активной, творческой личности, воспитание гражданственности, патриотизма.

Итогом реализации программы должны стать следующие результаты:

Социальная эффективность:

- увеличено количество детей, привлеченных к занятиям физической культурой и спортом;
- проведена работа по формированию принципов здорового образа жизни;
- обеспечена возможность получения доступного и качественного дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности;
- обеспечена занятость детей различными формами деятельности;
- обеспечена поддержка талантливой и способной молодежи, созданы условия для формирования социально активной личности.

Эффективность внедрения новых образовательных технологий и принципов организации образовательного процесса:

- рост числа педагогов, ведущих инновационную работу по выявлению эффективности применяемых педагогических технологий;
- развитие методической службы, разработка методических материалов, обеспечивающих качество учебно-воспитательного процесса.

Положительная динамика развития материально-технической базы.

Мероприятия, направленные на развитие воспитания позволят повысить занятость детей и подростков в свободное от занятий время, что приведет к снижению подростковой преступности, обеспечит их более успешную социализацию, развитие творческих, спортивных способностей, лидерских качеств.

Одним из социальных эффектов реализации программы станет улучшение качества физического здоровья участников образовательного процесса, выражающееся в снижении показателя количества детей с низким уровнем физического развития.

Важным социальным эффектом реализации мероприятий программы станет создание комфортных условий для получения качественных образовательных услуг, закрепление педагогических кадров в общей системе образования.