

СОГЛАСОВАНО

Начальник Управления, спорта
и дополнительного образования Администрации города Костромы


Т.В. Соболева
« _____ » _____ 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор Спортивной школы №6
города Костромы
Л.Е. Ерёмкина
« _____ » _____ 2023 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КОСТРОМЫ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №6»**

НА 2024 ГОД

156 010 г. Кострома, мкр. Паново, д.13

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к учебному плану муниципального автономного учреждения дополнительного образования города Костромы «Спортивная школа №6»

Учебный план Спортивной школы №6 города Костромы (далее СШ №6) разработан на основании Федерального закона от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального закона от 04.12.2007 года №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»; Приказа Министерства спорта РФ № 1004 от 16.11.2022 г. (федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта плавание); Устава Спортивной школы №6 города Костромы; локальных актов учреждения, регулирующих деятельность учебно-тренировочного процесса.

Спортивная школа №6 города Костромы осуществляет учебно-тренировочную деятельность по адресу: 156010, г. Кострома, мкр. Паново, д.13;

В учреждении спортивную подготовку проходят лица в возрасте от 7 лет.

Учебно-тренировочный процесс в СШ №6 осуществляется на следующих этапах: этапе начальной подготовки (далее – ГНП), учебно-тренировочном этапе (далее – ТГ), этапе совершенствования спортивного мастерства (далее – ССМ); этапе высшего спортивного мастерства (далее - ВСМ), спортивно-оздоровительном этапе (далее – СОГ).

Основными формами осуществления спортивной подготовки в СШ №6 являются: учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные), в том числе с использованием дистанционных технологий; учебно-тренировочные сборы, самостоятельная подготовка, в том числе с использованием дистанционных технологий; спортивные соревнования, контрольные мероприятия, инструкторская и судейская практика, медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия, работа по индивидуальным планам (этап совершенствования спортивного мастерства).

Эффективностью деятельности Спортивной школы №6 города Костромы в целом и отдельно каждого тренера-преподавателя на различных этапах спортивной подготовки является:

На этапе начальной подготовки

- 1) формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- 2) получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «плавание»;
- 3) формирование двигательных умений и навыков, в том числе по виду спорта «плавание»;
- 4) повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- 5) обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях, начиная со второго года обучения;
- 6) укрепление здоровья.

На учебно-тренировочном этапе

- 1) формирование устойчивого интереса и спортивной мотивации к занятиям видом спорта «плавание»;
- 2) формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «плавание»;
- 3) обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
- 4) укрепление здоровья.

На этапе совершенствования спортивного мастерства:

- 1) повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;

- 2) обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности;
сохранение здоровья.

На этапе высшего спортивного мастерства:

- 1) повышение уровня общей и специальной физической, теоретической, технической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «плавание»;
- 2) обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и достижение обучающимися высоких и стабильных результатов в условиях соревновательной деятельности;
- 3) сохранение здоровья.

В соответствии с программой спортивной подготовки по плаванию и планами подготовки спортсменов различной квалификации предусматривается участие лиц, проходящих спортивную подготовку в СШ №6 в соревнованиях (по уровню подготовки) муниципального, регионального, межрегионального, всероссийского и международного уровня. Конкретные соревнования предусмотрены планом - календарем СШ №6 на 2024 год.

Комплектование в СШ №6 начинается с 01 января. Спортивная подготовка в учреждении осуществляется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели, в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки, в спортивно-оздоровительных группах в соответствии с общеразвивающей программой, рассчитанной на 42 недели. Режим работы учебно-тренировочных групп в учреждении при шестидневной рабочей неделе – двухсменный либо односменный, в зависимости от графика работы СШ №6 и учебного расписания общеобразовательных учреждений. Перевод лиц, проходящих спортивную подготовку, на следующий этап подготовки осуществляется на основании результатов промежуточной аттестации и с учетом результатов их выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «плавание». Промежуточная аттестация осуществляется в виде сдачи контрольно-переводных нормативов.

Вид спорта: плавание

№ п/п	Этап подготовки	Кол-во занимающихся	Кол-во часов в неделю основной тренер	Кол-во часов в неделю доп. тр.	Кол-во часов в неделю всего	Должность
1	Высшего спортивного мастерства (ВСМ)	4	12 12	2	26	Тренер-преподаватель
2	Совершенствования спортивного мастерства (ССМ)	10	12 12	16 2	42	Тренер-преподаватель
3	Тренировочный св. 3-х лет обучения (ТГ -5)	13	18	9	27	Тренер-преподаватель
4	Тренировочный св. 3-х лет обучения (ТГ -5)	12	18	9	27	Тренер-преподаватель
5	Тренировочный св. 3-х лет обучения (ТГ -4)	13	16	8	24	Тренер-преподаватель
6	Тренировочный св. 3-х лет обучения (ТГ-4)	13	16	12	28	Тренер-преподаватель
7	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ-3)	14	14		14	Тренер-преподаватель
8	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ-3)	14	14		14	Тренер-преподаватель
9	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ-2)	14	6 6	2	14	Тренер-преподаватель
10	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ-2)	14	12	10	22	Тренер-преподаватель
11	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ -1)	15	12	10	22	Тренер-преподаватель
12	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ -1)	14	7 5	6	18	Тренер-преподаватель

13	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ -1)	15	12	5 5	22	Тренер-преподаватель
14	Тренировочный до 3-х лет обучения (ТГ -1)	14	9 3		12	Тренер-преподаватель
15	Начальной подготовки св. года (ГНП-2)	15	8		8	Тренер-преподаватель
16	Начальной подготовки св. года (ГНП-2)	15	8		8	Тренер-преподаватель
17	Начальной подготовки до года (ГНП-1)	15	6		6	Тренер-преподаватель
18	Начальной подготовки до года (ГНП-1)	15	6		6	Тренер-преподаватель
19	Спортивно-оздоровительный (СОГ)	10	6		6	Тренер-преподаватель
20	Спортивно-оздоровительный (СОГ)	10	6		6	Тренер-преподаватель
	ИТОГО:	20 групп	259	256	96	352