

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 1»  
МУНИЦИПОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «СЕВЕРДВИНСК»

Принята  
Педагогическим советом  
МБОУ ДО «ДЮСШ № 1»  
Протокол № 1 от 30.08. 2021 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДО «ДЮСШ № 1»

А.С. Горбунов

Приказ № 71 о/д от 01.09. 2021 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**на 2021-2022 учебный год**

Северодвинск  
2021

## **1. Пояснительная записка.**

Эффективное решение проблем современного дополнительного образования на уровне спортивной школы возможно лишь при условии программно-целевого управления её развитием, которое позволяет рассматривать школу как систему, обеспечивающую высокий уровень качества дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Данная программа – документ, определяющий направленность, объем, содержание и порядок организации образовательной деятельности в МБОУ ДО «ДЮСШ № 1» (далее по тексту - ДЮСШ).

Нормативно-правовая база образовательной программы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ» (ред. от 07.06.2013);
- Устав МБОУ ДО «ДЮСШ № 1»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Минспорта России от 15.11.2018 № 939 «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»;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по культивируемым видам спорта.

Также при разработке образовательной программы учтены:

- возможности образовательной среды;
- уровень квалификации и профессионализм тренеров-преподавателей;
- материально-техническое обеспечение учебного процесса;
- традиции, сложившиеся за годы работы ДЮСШ: соревнования по общей и специальной физической подготовке, соревнования для новичков, соревнования, посвященные памятным и значимым датам.

ДЮСШ осуществляет образовательную деятельность в соответствии с действующим законодательством РФ, лицензией (серия 29Л01 № 0000980 регистрационный номер 1022900837596 от 28.09.2015), Уставом ДЮСШ и локальными нормативными актами.

ДЮСШ призвана удовлетворять потребности граждан и общества в области физической культуры и спорта, создавать условия для самоопределения и самореализации личности обучающегося, развития индивидуальных способностей каждого обучающегося, выявления одаренных детей и подростков к целенаправленной спортивной подготовке.

Образовательная деятельность осуществляется как на базе образовательного учреждения, так и на спортивных объектах муниципальных бюджетных образовательных учреждений, с которыми заключены договоры о безвозмездном пользовании муниципальным имуществом.

## **2. Цели, задачи и виды деятельности ДЮСШ.**

**Основными целями являются:**

- удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

- выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, проявивших выдающиеся способности в спорте;
- профессиональная ориентация обучающихся;
- подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;
- социализация и адаптация обучающихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры обучающихся.

**Основными задачами являются:**

- вовлечение максимально возможного числа детей в систематические занятия спортом, выявление их склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к ним;
- обучение детей по дополнительным общеобразовательным программам;
- удовлетворение потребностей детей в получении дополнительного образования, в реализации их потенциала с учетом индивидуального развития, потребностей и интересов;
- создание условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения обучающихся, адаптации к жизни в обществе;
- развитие и совершенствование системы воспитательной работы с обучающимися;
- организация и проведение содержательного досуга обучающихся;
- осуществление спортивной подготовки детей, подростков и молодежи;
- обеспечение повышения уровня общей и специальной физической подготовленности обучающихся в соответствии с требованиями программ по видам спорта;
- создание условий для достижения обучающимися высоких спортивных результатов;
- подготовка к участию в соревнованиях различного уровня;
- укрепление и расширение материально-технической базы;
- оказание всесторонней помощи общеобразовательным учреждениям в организации спортивной работы.

**Основные направления образовательной деятельности:**

- реализация дополнительных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта (физкультурно-спортивной направленности) по следующим видам спорта: командные игровые виды спорта (баскетбол, хоккей), сложно-координационные виды спорта (спортивная гимнастика);
- реализация дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта по следующим видам спорта: командным игровым видам спорта (баскетбол, хоккей), сложно-координационным видам спорта (спортивная гимнастика) на следующих уровнях: базовый уровень сложности, углубленный уровень сложности;
- реализация программ спортивной подготовки по олимпийским видам спорта (баскетбол, спортивная гимнастика) на следующих этапах: начальная подготовка, тренировочный (спортивной специализации).

Школа самостоятельна в осуществлении образовательной, административной, финансово-экономической деятельности, разработке и принятии локальных нормативных актов в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», иными нормативными правовыми актами Российской Федерации и уставом школы.

### **3. Особенности организации образовательного процесса.**

Процесс обучения в ДЮСШ представляет собой специально организованную деятельность педагогов и обучающихся, направленную на развитие личности, её образование, воспитание.

Организация учебно-воспитательного процесса в ДЮСШ характеризуется следующими особенностями:

- обучающиеся приходят на занятия в свободное от основной учёбы время;
- обучение организуется на добровольных началах;

- обучающимся предоставляются возможности сочетать различные направления деятельности и формы занятий;
- допускается переход обучающихся из одной группы в другую.

Учебно-тренировочные занятия в отделениях по видам спорта в школе проводятся в соответствии с годовым учебным планом.

Расчет часов и планирование исходят из продолжительности учебно-тренировочных занятий в течение 42 недель (39 недель непосредственно в условиях спортивной школы и 3 недели учебно-тренировочные сборы в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха).

В ДЮСШ реализуются дополнительные общеразвивающие программы от 5 до 18 лет, дополнительные предпрофессиональные программы для обучающихся от 6 до 18 лет, а также, программы спортивной подготовки от 6 до 18 лет.

ДЮСШ осуществляет образовательный процесс в соответствии с программами обучения.

**Общеразвивающие программы по виду спорта - спортивно-оздоровительный этап (весь период):**

Спортивно-оздоровительный этап является первым звеном в системе многолетней подготовки юных спортсменов. Спортивно – оздоровительный этап реализуется в спортивно – оздоровительных группах и может длиться от одного года до нескольких лет.

На спортивно-оздоровительный этап зачисляются обучающиеся общеобразовательных школ, имеющие разрешение врача. В спортивно-оздоровительные группы принимаются практически все желающие, так как этого требуют педагогическая этика и психологические законы спортивной ориентации. Подготовка детей в спортивно-оздоровительных группах является тем фундаментом, на котором в дальнейшем, на тренировочном этапе, строится подготовка спортсменов высокой квалификации. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и знакомство с избранным видом спорта.

Программа предусматривает систематическое проведение практических и теоретических занятий, обязательное выполнение тренировочного плана, контрольных нормативов, участие в соревнованиях и организации проведения контрольных игр, просмотр учебных фильмов, видеозаписей, соревнований квалифицированных спортсменов.

Наполняемость учебных групп и максимальный объем тренировочной нагрузки

Этапы спортивной подготовки	Период обучения	Максимальный объем тренировочной нагрузки (час/нед.)	Наполняемость групп (человек)
Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	6	15
Количество занятий в неделю		6-3	

Продолжительность учебно-тренировочных занятий исчисляется в академических часах: 3 раза в неделю по 2 часа или 6 раз в неделю по 1 часу.

**Предпрофессиональные программы по избранному виду спорта в соответствии с федеральными государственными требованиями:**

- базовый уровень сложности 6 лет.

В группы базового уровня сложности первого года обучения зачисляются все желающие заниматься избранным видом спорта, имеющие разрешение от врача. При

невозможности зачисления в группы всех желающих, производится отбор по результатам сдачи контрольных нормативов. Основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием, главным образом, средств ОФП, освоение технических элементов и навыков по избранному виду спорта.

**- углубленный уровень сложности 4 года.**

На углубленный уровень сложности зачисляются практически здоровые обучающиеся, прошедшие необходимую подготовку на базовом уровне сложности не менее 6-ти лет обучения, при условии выполнения ими контрольных нормативов по ОФП и СФП, установленных образовательными программами.

**Общими условиями перевода обучающихся на следующий год обучения являются:**

- уровень физического развития и функционального состояния обучающихся, позволяющие занятия избранным видом спорта на следующем году обучения;
- выполнение требований по ОФП и СФП;
- освоение обучающимися обязательных и вариативных предметных областей базового и углубленного уровня сложности.

Наполняемость учебных групп и максимальный объем тренировочной нагрузки

	Уровни сложности									
	Базовый уровень						Углубленный уровень			
Год обучения	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4
Кол-во часов в неделю	4	6	6	8	8	10	10	12	12	14
Наполняемость(человек) <sup>1</sup>	15	14	12	10	10	10	10	8	7	6
Количество занятий в неделю	3-4	3-4	3-4	3-4	4-5	4-5	4-5	4-5	5-6	5-6

<sup>1</sup> – наполняемость в группах зависит от вида спорта

Продолжительность учебно-тренировочных занятий исчисляется в академических часах.

**Программы спортивной подготовки по избранному виду спорта в соответствии с этапами спортивной подготовки:**

**- этап начальной подготовки срок освоения программы до 3 лет.**

В группы начальной подготовки зачисляются все желающие заниматься избранным видом спорта, имеющие разрешение от врача. При невозможности зачисления в группы начальной подготовки всех желающих, производится отбор по результатам сдачи контрольных нормативов. На этап начальной подготовки основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием, главным образом, средств ОФП, освоение технических элементов и навыков по избранному виду спорта.

**-тренировочный этап (начальной и углубленной специализации), срок освоения программы до 5 лет.**

На тренировочный этап зачисляются практически здоровые обучающиеся, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее 2-х лет обучения, при условии выполнения ими контрольных нормативов по ОФП и СФП, установленных образовательными программами.

На тренировочном этапе (начальная специализация) годичный цикл включает подготовительный и соревновательный период. Главное внимание занимает разносторонняя физическая подготовка, повышение уровня функциональных возможностей, включение средств обучения с элементами специальной физической подготовки, дальнейшее расширение арсенала технико-тактических навыков и приемов по избранному виду спорта.

На тренировочном этапе (углубленная специализация) в подготовительном периоде средствами ОФП решаются задачи дальнейшего повышения уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности и на этой базе повышение уровня специальной физической работоспособности, развитие специальных физических качеств, овладение техническими навыками.

**Общими условиями перевода обучающихся на следующий этап обучения являются:**

- уровень физического развития и функционального состояния обучающихся, позволяющие занятия избранным видом спорта на соответствующем этапе;
- выполнение требований по ОФП и СФП;
- выполнение обучающимися объёма тренировочных и соревновательных нагрузок, запланированных учебным планом;
- результаты выступлений на соревнованиях.

**Основными формами образовательного процесса являются:**

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия, медицинский контроль (обучающиеся начиная с тренировочного этапа, проходят медицинский контроль два раза в год);
- участие в соревнованиях различного уровня, матчевых встречах, учебно-тренировочных сборах;
- контрольные испытания по ОФП и СФП;
- работа оздоровительных лагерей физкультурно-спортивной направленности;
- инструкторская и судейская практика обучающихся.

Организация учебных занятий с обучающимися осуществляется в соответствии с расписанием тренировок. Общее расписание утверждается директором школы. В течении года расписание может меняться в связи с производственной необходимостью. Расписание составляется с учётом санитарно-эпидемиологических норм и требований, интересов обучающихся, загруженности спортивного зала.

Наполняемость учебных групп и максимальный объем тренировочной нагрузки

Этапы спортивной подготовки	Период обучения	Максимальный объем тренировочной нагрузки (час/нед.) <sup>1</sup>	Наполняемость групп (человек) <sup>2</sup>
Этап начальной подготовки	До 1 года	6	15-25
	Свыше 1 года	9	14-20
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Начальная специализация	12	10-20
	Углубленная специализация	18-20	6-16

1 – максимальный объем тренировочной нагрузки зависит от ФССП

2 – наполняемость в группах зависит от вида спорта

Продолжительность учебно-тренировочных занятий исчисляется в академических часах:

Этап начальной подготовки:

до 1-го года обучения – 3 раза в неделю по 2 часа;

свыше 1-го года обучения – 4 раза в неделю по 1-2 часа.

Тренировочный этап:

начальной специализации – 6 раз в неделю по 2 часа;

углубленной специализации – 6 раз в неделю по 3 часов.

Обучение строится с учетом следующих основополагающих принципов спортивной подготовки юных спортсменов:

- комплексность - предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля);

- преемственность - определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения и соответствия его требованиям высшего спортивного мастерства, чтобы обеспечить в многолетнем учебно-тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности;

- вариативность - предусматривает, в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач спортивной подготовки.

#### 4. Учебный план.

В ДЮСШ культивируется 3 вида спорта (баскетбол, спортивная гимнастика, хоккей), что позволяет сделать выбор и достаточно широко удовлетворить интересы и потребности детей, а также добиться массового привлечения их к занятиям спортом.

Основными задачами образовательной деятельности являются:

- вовлечение максимально возможного числа детей в систематические занятия спортом, выявление их склонности и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к ним;

- формирование у обучающихся потребности в здоровом образе жизни, осуществление гармоничного развития личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся;

- обеспечение повышения уровня общей и специальной физической подготовленности обучающихся в соответствии с требованиями программ по видам спорта;

- развитие массового спорта;

- оздоровление обучающихся, повышение уровня их физической подготовленности;

- выявление в процессе систематических занятий способных обучающихся с целью привлечения их к специализированным занятиям спортом для достижения высоких результатов;

- подготовка к участию в соревнованиях различного уровня;

- создание условий для достижения обучающимися высоких спортивных результатов;

- укрепление и расширение материально-технической базы;

- повышение ответственности родителей (законных представителей) за здоровье обучающихся;

- оказание всесторонней помощи общеобразовательным учреждениям в организации спортивной работы.

Учебный план разрабатывается по общеразвивающим и предпрофессиональным программам из расчета 42 недель (39 недель непосредственно в условиях спортивной школы и 3 недели учебно-тренировочные сборы в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и (или) по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха). По программам спортивной подготовки 52 недели. С увеличением общего годового объема часов изменяется по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Повышается удельный вес нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую, тактическую и психологическую подготовки.

При составлении учебного плана соблюдалась преемственность между ступенями обучения и учебно-тренировочными группами. Уровень учебной недельной нагрузки на обучающегося не превышает предельно допустимого.

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки.

### **Спортивно-оздоровительный этап**

Задачи:

- укрепление здоровья и улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовки на основе занятий спортом;
- выявление задатков и способностей, обучающихся;
- развитие интереса к занятиям спортом;
- воспитание черт спортивного характера.

### **Базовый уровень сложности**

Задачи:

- укрепление здоровья и улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовки на основе занятий спортом;
- выявление задатков и способностей, обучающихся;
- развитие интереса к занятиям спортом;
- воспитание черт спортивного характера;

### **Углубленный уровень сложности**

Задачи:

- повышение уровня физического развития;
- развитие специальных физических способностей;
- освоение допустимых тренировочных нагрузок;
- накопление соревновательного опыта.

### **Этап начальной подготовки**

Задачи:

- укрепление здоровья и улучшение физического развития;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовки на основе занятий спортом;
- выявление задатков и способностей, обучающихся;
- развитие интереса к занятиям спортом;
- воспитание черт спортивного характера;
- определение вида спорта для дальнейшей специализации.

### **Тренировочный этап (начальной специализации)**

Задачи:

- повышение разносторонней физической и функциональной подготовленности;
- укрепление здоровья и закаливание организма;
- содействие правильному физическому развитию;
- уточнение спортивной специализации.

### **Тренировочный этап (углубленной специализации)**

Задачи:

- повышение уровня физического развития;
- развитие специальных физических способностей;
- освоение допустимых тренировочных нагрузок;



-накопление соревновательного опыта.

В группах начальной подготовки на первом году обучения основное внимание уделяется ОФП. На обучении свыше года большая часть времени отводится технической и физической подготовки.

В группах тренировочного этапа (начальной специализации) предусматривается снижение ОФП и увеличение времени на техническую подготовку.

В группах тренировочного этапа (углубленной специализации) увеличивается время на СФП. Повышается объем соревновательных нагрузок.

## **5. Критерии, показатели реализации образовательной программы.**

Основными показателями реализации образовательной программы являются:

- результативное участие обучающихся ДЮСШ в соревнованиях городского, регионального и российского уровней;
- выполнение контрольно-переводных нормативов по видам спорта, которые принимаются в конце учебного года и являются основанием для перевода обучающихся на следующий этап подготовки;
- подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса;
- подготовка обучающихся к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

## **6. Описание «модели» выпускника ДЮСШ.**

Результатом обучения в ДЮСШ должно стать развитие личности, владеющей определённым объёмом знаний, умений и навыков, творческих способностей, достигшей максимально-возможного спортивного результата в зависимости от личностного потенциала.

Предполагаемая модель выпускника ДЮСШ:

- гармонически развитая, социально ориентированная личность, способная к самореализации;
- личность, уважающая себя, осознающая свою ценность и признающая ценность другой личности, способная принять верное решение в ситуации морального выбора и нести ответственность перед собой и обществом;
- личность, имеющая потребность в здоровом образе жизни, обладающая высоким уровнем физической, интеллектуальной культуры труда, эмоций и чувств;
- личность, компетентная в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, в индивидуальных и коллективных формах занятий физическими упражнениями.

## **7. Кадровое обеспечение.**

В школе работает сплоченный профессионально компетентный коллектив педагогов, в котором каждый несет ответственность за решение поставленных перед коллективом задач.

Управление осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации и Уставом школы. В ДЮСШ работает:

- директор;
- секретарь;
- заместитель директора по УВР;
- заместитель директора по АХР;
- главный бухгалтер;
- бухгалтер;
- педагогических работников 22 чел.  
из них:  
- основных работников - 20 чел.

- из них: имеют высшее образование - 20 чел.;
- имеют высшую квалификационную категорию - 10 чел.;
- имеют первую квалификационную категорию - 1 чел.;
- имеют соответствие занимаемой должности - 8 чел.

из них:

- имеют ведомственные награды и звания – 10 чел.

#### 8. Программно-методическое обеспечение образовательной программы.

Вид спорта	Название программы	Год издания	Принята /Утверждена	ФИО тренера-преподавателя реализующего программу
Баскетбол	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Баскетбол»	2015	Принята педагогическим советом МБОУ ДО «ДЮСШ № 1». Утверждена директором МБОУ ДО «ДЮСШ № 1».	Смоленцева Г.Н. Торгушников Л.А.
Баскетбол	Программа спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол»	2019	Принята педагогическим советом МБОУ ДО «ДЮСШ № 1». Утверждена директором МБОУ ДО «ДЮСШ № 1».	Номанов Р.Э.
Спортивная гимнастика	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Спортивная гимнастика»	2015	Принята педагогическим советом МБОУ ДО «ДЮСШ № 1». Утверждена директором МБОУ ДО «ДЮСШ № 1».	Фивейский В.И. Сухарев С.А. Никитин А.В. Тарасенко Д.О. Марьяндышева С.А. Вошикова Д.С. Малиновская Н.Н.
Спортивная гимнастика	Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Спортивная гимнастика»	2015	Принята педагогическим советом МБОУ ДО «ДЮСШ № 1». Утверждена директором МБОУ ДО «ДЮСШ № 1».	Божко Г.М. Воробей А.П. Вошикова Д.С. Гольшева И.И. Грибкова Г.И. Доможилкин К.В. Марьяндышева С.А. Никитин А.В. Полунина Е.В. Сухарев С.А. Тарасенко Д.О. Фивейский В.И. Чешкова Т.А. Воробей Н.Н.
Спортивная гимнастика	Программа спортивной подготовки по виду	2019	Принята педагогическим	Божко Г.М. Полунина Е.В.

	спорта «Спортивная гимнастика»		советом МБОУ ДО «ДЮСШ № 1». Утверждена директором МБОУ ДО «ДЮСШ № 1».	
Хоккей	Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Хоккей»	2021	Принята педагогическим советом МБОУ ДО «ДЮСШ № 1». Утверждена директором МБОУ ДО «ДЮСШ № 1».	Хлопин О.А. Красиков В.В. Федяев А.Р.
Хоккей	Дополнительная предпрофессиональная программа по виду спорта «Хоккей»	2015	Принята педагогическим советом МБОУ ДО «ДЮСШ № 1». Утверждена директором МБОУ ДО «ДЮСШ № 1».	Хлопин О.А. Красиков В.В. Федяев А.Р.