

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2»
(МБУ ДО «СШ № 2»)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО «СШ № 2»


В.И. Балдин
« 19 » 01 2023 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о годовом плане-графике

Положение рассмотрено и принято
на педагогическом совете
протокол от 19.01 .2023г. № 1

г. Прокопьевск, 2023

1. Общие положения

1.1. Годовой план-график распределения учебных часов составляется на основании: Устава учреждения, дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта шахматы и шашки, федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта шахматы (приказ Минспорта России от 09.11.2022 № 952) и шашки (приказ Минспорта России от 24.11.2022 № 1072).

1.2. Годовой учебный план составляется на 52 недели учебно-тренировочных занятий.

1.3. Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

1.4. При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

1.5. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов.

1.6. При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

1.7. Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

2. Разделы спортивной подготовки

2.1. В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

2.2. Теоретическая подготовка является одной из важных составных частей учебно-тренировочного процесса. Она во многом определяет качество реализации на практике методического принципа физического воспитания. Теоретические знания должны иметь определенную целевую направленность: вырабатывать у обучающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий.

2.3. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке, органически связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовкой, как элемент практических знаний. При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст обучающихся и излагать материал в доступной им форме.

2.4. Теоретический учебный материал распределяется на весь год обучения. В зависимости от конкретных условий работы в план теоретической подготовки можно вносить коррективы.

2.5. В процентном отношении теоретическая подготовка занимает от общего количества мероприятий: на этапе начальной подготовки 30-32%, на учебно-тренировочном этапе 28-30%, на этапе совершенствования спортивного мастерства 20-21%.

2.6. Практическая подготовка включает техническую и тактическую подготовку, участие в спортивных соревнованиях, инструкторскую и судейскую практику. Практическая подготовка занимает от общего количества мероприятий: на этапе начальной подготовки 40-58%, на учебно-тренировочном этапе 44-62%, на этапе совершенствования спортивного мастерства 50-64%.

2.7. Общая и специальная физическая подготовка занимает от общего количества мероприятий: на этапе начальной подготовки 8-16%, на учебно-тренировочном этапе 8-14%, на этапе совершенствования спортивного мастерства 8-12%.

2.8. Психологическая подготовка занимает от общего количества мероприятий:

- на этапе начальной подготовки 7-8%,
- на учебно-тренировочном этапе 7-8%,
- на этапе совершенствования спортивного мастерства 10-11%.

3. Контрольно-переводные нормативы

Контрольно-переводные мероприятия проводятся в каждой возрастной группе по ОФП, СФП (по виду спорта) и зачёта по теории. Основной задачей КПН является оценка подготовленности обучающихся на этапе базовой подготовки и перевод группы в следующий год обучения. Контрольно-переводные нормативы проводятся согласно плану-графику в марте-апреле месяце.

4. Медицинское обследование

В начале календарного года обучающиеся проходят медицинское обследование, перед соревнованиями получают допуск врача.

Данное обследование позволяет установить исходный уровень состояния здоровья, физического развития и функциональной подготовленности обучающихся на конкретном этапе подготовки.