


муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа «Горизонт»

Принята
На заседании педагогического совета
Протокол от 26 августа 2020 № 1

Утверждаю
Директор МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт»
 Д.А. Конов
приказ от «28» августа 2020 № 36



Образовательная программа
МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт»
на 2020-2021 учебный год

г. Алексин 2020

Содержание.

1. Пояснительная записка.
2. Информационно-аналитическая справка о деятельности МБУ ДО «Детско-юношеской спортивной школы «Горизонт».
3. Организационно-педагогические условия реализации программы.
4. Организация учебно-тренировочной деятельности.
5. Диагностика результативности освоения программы.
6. Ожидаемые результаты освоения программы.

1. Пояснительная записка.

Образовательная программа МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт» составлена на основе Закона РФ «Об образовании», Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования, Устава учреждения.

Настоящая программа является нормативно-управленческим документом, характеризующим специфику содержания образования и особенности организации образовательного процесса в детско-юношеской спортивной школе.

Одной из приоритетных задач образования сегодня является бережение и укрепление здоровья обучающихся, формирование у них установки на здоровый образ жизни и ответственность за свое здоровье.

В решении этих задач, несомненно, важная роль отводится физической культуре и спорту. Место физической культуры и спорта в жизни общества во многом определяется той ролью, которую играют в общественном развитии физическое здоровье людей, их физическая дееспособность, соответствующие знания и умения, возможности развития личностных и профессиональных качеств. Физическая культура и спорт развивают физические, эстетические и нравственные качества личности, способствуют профилактике заболеваний, организации досуга. Активный отдых детей и подростков отвлекает их от употребления психоактивных и наркотических веществ.

Неслучайно основными задачами деятельности нашей детско-юношеской спортивной школы является формирование и развитие творческих способностей детей, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся, развитие физических, интеллектуальных и нравственных качеств, создание условий для дальнейшего повышения спортивных результатов каждого обучающегося.

Для современного социума характерно все большее понимание значимости физкультурно-спортивной деятельности как важного элемента культуры общества и личности. В связи с этим наблюдается повышение физкультурно-спортивной активности среди детей и подростков, все больше родителей начинают ценить роль физкультуры и спорта в укреплении здоровья детей.

Детско-юношеская спортивная школа обеспечивает достижение следующих целей:

- обеспечение необходимых условий для личностного развития, для повышения спортивных результатов каждого обучающегося в выбранном виде спорта;
- формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни, укрепление их здоровья и личной безопасности;
- удовлетворение потребности детей в занятиях физической культурой и спортом;
- социальная адаптация обучающихся;
- формирование общей культуры обучающихся,
- организация содержательного досуга.

Основной целью МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт» (далее учреждение) является образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам .

Система спортивной подготовки

Организационная структура многолетней спортивной подготовки в учреждении основывается на реализации следующих этапов подготовки:

| Этапы подготовки | Основная задача этапа | Период подготовки |
|---|--|-------------------|
| Спортивно-оздоровительный | <ul style="list-style-type: none">• Развитие массовости, определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации | 1 год |
| Начальный | <ul style="list-style-type: none">• Развитие массовости, определение избранного вида спорта для дальнейшей специализации;• формирование и закрепление интереса к занятиям по выбранному виду спорта | До 3-х лет |
| Тренировочный (этап спортивной специализации) | <ul style="list-style-type: none">• Специализация и углубленная тренировка в избранном виде спорта;• Создание предпосылок к дальнейшему повышению результатов и выход в сборные команды | До 5 лет |

Для обеспечения этапов многолетней спортивной подготовки учреждение использует систему спортивного отбора, включающую в себя:

- Тестирование детей;
- Индивидуальный отбор с целью комплектования учебных групп;
- Просмотр и отбор перспективных юных спортсменов на учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

С целью более полного удовлетворения потребностей населения, с учетом интересов и способностей детей и в соответствии с лицензией образовательная деятельность учреждения реализуется по физкультурно-спортивной направленности. Виды спорта: лыжные гонки, хоккей с шайбой, в основе которых лежит массовый спорт.

2. Информационно-аналитическая справка о деятельности МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа «Горизонт»

В 2020-2021 учебном году МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт» реализует дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности:

- дополнительная общеразвивающая программа по лыжным гонкам;
- дополнительная общеразвивающая программа по хоккею с шайбой;
- дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам.

Образовательный процесс в МБУ ДО «ДЮСШ «Горизонт» регламентируется учебным планом, разрабатываемым и утверждаемым ДЮСШ самостоятельно в соответствии с требованиями Типового положения об образовательном учреждении дополнительного образования спортивной направленности.

Учебный план ориентирован на воспитание гармонично развитого человека, образованного в вопросах основ физического воспитания и спорта, на подготовку юных спортсменов по двум видам спорта, спортсменов-разрядников, членов сборной команды области. Учебный план рассчитан на 39 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях ДЮСШ, учебно-тренировочных сборов и дополнительно 6 недель — в условиях оздоровительно-спортивного лагеря, учебно-тренировочных сборов, туристических походов в летний период.

В учебном плане часы распределяются по годам и этапам обучения, а также по видам спорта и используются следующие параметры:

| Вид спорта | Этап подготовки | Минимальное количество в группе (чел.) | Максимальный объем учебной нагрузки в неделю (час.) |
|-----------------|--|--|---|
| Лыжные гонки | Спортивно-оздоровительный | 15 | 6 |
| | Начальный (до года) | | |
| | ГНП-1 (свыше года) | 14 | 6 |
| | ГНП-2 | 14 | 9 |
| | Тренировочный (этап спортивной специализации) (свыше двух лет) | | |
| | УТГ 4 | 10 | 18 |
| Хоккей с шайбой | Спортивно-оздоровительный | 15 | 6 |

Минимальное количество обучающихся в группе на начальном и тренировочном этапах устанавливается учреждением, руководствуясь нормативными документами.

Срок комплектования учебных групп до 15 сентября.

Для реализации дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта в учебно-тематический план включены следующие виды подготовки: теоретическая, общая физическая, специальная физическая, техническая, игровая, восстановительные мероприятия, инструкторская и судейская практика, контрольные испытания, медицинское обследование.

Режим занятий обучающихся в учреждении устанавливается следующий:

- шестидневная неделя;
- продолжительность одного занятия:
 - спортивно оздоровительные группы - не более 2 академических часов;
 - группы начальной подготовки первого года обучения – не более 2 академических часов, второго и третьего года обучения - не более 3 академических часов;
 - учебно-тренировочные группы третьего года обучения – не более 3 академических часов;
 - учебно-тренировочные группы четвертого и пятого года обучения – не более 4 академических часов (в выходные дни и каникулярное время);
- учебная нагрузка определяется в соответствии с учебным планом и СанПиН;
- все занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором учреждения;
- между занятиями предусматриваются перерывы не менее 10 мин;
- в случае введения режима ограничений, сохранения распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19 и других вирусных инфекционных заболеваний может быть организована дистанционная форма обучения.

Реализация данного учебного плана позволяет удовлетворить образовательные запросы обучающихся и их родителей; создать каждому воспитаннику учреждения условия для самоопределения и развития; обеспечить возможность детям и подросткам реализовать свой физический потенциал, задатки и способности к спорту.

3. Организационно-педагогические условия реализации программы.

Условия зачисления в учреждение, комплектование групп и порядок перевода на следующий год обучения

Образовательная программа учреждения предназначена для детей в возрасте от 6 до 18 лет. Минимальный возраст зачисления детей в ДЮСШ по видам спорта определяется в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования и программными требованиями по виду спорта.

На спортивно-оздоровительной этап подготовки зачисляются обучающиеся общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений, желающие заниматься спортом, не имеющие медицинских противопоказаний. Минимальный возраст для зачисления детей в спортивно-оздоровительные группы - 6 лет.

На этап начальной подготовки зачисляются обучающиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом, не имеющие медицинских противопоказаний. Минимальный возраст для зачисления детей в группы начальной подготовки- 9 лет.

На тренировочный этап (этап спортивной специализации) зачисляются обучающиеся не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие необходимую подготовку на этапе начальной подготовки не менее одного года, при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, установленных общеобразовательными программами. Минимальный возраст для зачисления детей в учебно-тренировочные группы- 12 лет.

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки определяется с учетом техники безопасности в соответствии с учебной программой по виду спорта.

Перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится решением педагогического совета на основании стажа занятий, выполнения контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке по видам спорта.

Обучающиеся, не выполнившие эти требования, на следующий год обучения не переводятся. Такие спортсмены могут, по решению педагогического совета учреждения, продолжать обучение повторный год, но не более одного раза на данном этапе подготовки.

Организация учебно-тренировочного процесса

Многолетняя подготовка спортсменов включает:

- спортивно-оздоровительный этап, который может длиться весь период обучения;
- начальной этап подготовки, который длится:
 - по лыжным гонкам 3 года: до года и свыше года;
 - по хоккею с шайбой 3 года: до года и свыше года.
- тренировочный этап (этап спортивной специализации), который длится:
 - по лыжным гонкам 5 лет: начальная специализация – до двух лет, углубленная специализация – свыше двух лет.
 - по хоккею с шайбой 5 лет: начальная специализация – до двух лет, углубленная специализация – свыше двух лет.

Основными формами учебно–тренировочного процесса являются:

- групповые теоретические и практические занятия по расписанию;
- тренировки по индивидуальным планам и выполнение домашних заданий;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях и матчевых встречах, турнирах;
- учебно–тренировочные сборы;
- инструкторская и судейская практика.

С целью профилактики безнадзорности и правонарушений среди подростков, а также обеспечения круглогодичности учебно-тренировочного процесса и активного отдыха обучающихся в период каникул большое внимание уделяется организации занятости детей и подростков в каникулярное время. Ежегодно, в период летних каникул, в учреждении организуются: оздоровительный лагерь с дневным пребыванием, лагерь труда и отдыха, многодневные туристические походы.

В целом вся работа во время работы лагеря направлена на создание условий для отдыха и оздоровления детей и подростков во время летних каникул, совершенствование их физического развития и спортивного мастерства через учебные тренировки, сдачу контрольно-переводных нормативов, беседы и туристические походы по местам родного края. Подготовка мест для проведения занятий, во время работы лагеря, проводится с помощью воспитанников учреждения, что, несомненно, способствует трудовому воспитанию детей и подростков.

Учебно-тренировочные сборы воспитанников учреждения — необходимое звено в учебно-тренировочном процессе. Они способствуют улучшению функциональной и общефизической подготовки спортсменов, позволяют более качественно и эффективно организовать учебно-тренировочный процесс, что в итоге приводит к более высоким спортивным результатам на областных и всероссийских соревнованиях.

Важной составляющей деятельности учреждения является участие воспитанников в различных соревнованиях. Существенной особенностью любых соревнований является борьба и соперничество, но в тоже время — поддержка, сотрудничество и взаимопомощь. Соревнования дают возможность юным спортсменам максимально реализовать себя. Воспитанники учреждения показывают успешные спортивные результаты по лыжным гонкам, хоккею с шайбой на муниципальных, региональных и межрегиональных соревнованиях.

Все соревнования проводятся согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий по видам спорта.

Описание ресурсной базы реализации программы

Для решения определенных выше целей в учреждении имеются необходимые условия: профессионально подготовленный педагогический коллектив, постоянно пополняемая учебно-материальная база, достаточно стабильные результаты деятельности учреждения.

Кадровое обеспечение

В 2020-2021 учебном году в учреждении работают 13 педагогических работников (8 штатных работников, 5 работников, работающих на условиях внешнего совместительства). Среди педагогов основного состава высшее образование - 6 человек, средне-специальное - 2 человека. Квалификационный уровень педагогических кадров следующий:

- высшая квалификационная категория - 2 человека;
- первая категория - 2 человека;
- без категории - 4 человека (работа в учреждении менее 2-х лет).

Учебно-спортивная база

Детско-юношеская спортивная школа располагает материально-технической базой. Для осуществления учебно-тренировочного процесса в распоряжении учреждения имеются лыжные трассы, спортивные площадки, воркаут, а также спортивные залы общеобразовательных школ, ледовая арена ФГБУ «РУТБ «Ока» г. Алексин» на базе которых проходят учебно-тренировочные занятия. Учебно-спортивный инвентарь и оборудование.

В распоряжении учреждения есть электронная почта (aleksin.dushgorizont@tularegion.org), Интернет, компьютерная техника. Создан сайт <http://gorizont.obraleksin.ru>

Учебно-методическое обеспечение учебного процесса

| №п/п | Методические пособия |
|------|---|
| 1. | <ol style="list-style-type: none">1. Т. И. Раменская Специальная подготовка лыжника. Учебная книга. М., 2001.2. Т. И. Раменская Техническая подготовка лыжника. Учебно-практическое пособие. М., Физкультура и спорт, 19993. В. Н. Манжосов Тренировка лыжников-гонщиков. М., Физкультура и спорт, 19864. В. В. Кардюков и др. Лыжный спорт. Правила соревнований. М., Физкультура и спорт, 1971 |
| 2. | <ol style="list-style-type: none">1. О. Спасский «Хоккей», М., Физкультура и спорт, 19752. А.В. Тарасов «Тактика хоккея», М., Физкультура и спорт, 19633. Л.Горский «Игра хоккейного вратаря», М., Физкультура и спорт, 1974 |
| 3. | <ol style="list-style-type: none">1. Проектирование здоровьесберегающей образовательной среды: управленческий аспект (материалы областной научно-практической конференции 15.02.2012г.: Под ред./Л.И. Луценко, В.В. Еремина,- Тула: ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО», 2013.2. В.В. Еремина, Модель мониторинга эффективности здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения: учебно-методическое пособие.- (Сер.»Здоровье-критерий образования»). Тула: ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО», 20133. Профилактика правонарушений несовершеннолетних: методические рекомендации / под ред. Григорьевой А.А., Заики Л.В., Федуркиной Т.Ю. Сост. Федуркина Т.Ю.- Тула: ГОУ ДПО ТО «ИПК и ППРО ТО», 2015. |

4. Организация учебно-тренировочной деятельности

Личностное развитие детей - одна из основных задач учреждений дополнительного образования.

В процессе занятий спортом развивается общественная активность, самоотверженная борьба за интересы коллектива, волевая целеустремленность к победе, чувство патриотизма и ответственности за свои выступления на соревнованиях, за успехи и результаты своей спортивной деятельности, уважение к товарищам по команде, соблюдение принципов честной борьбы, требовательность к себе.

Эти качества необходимы юному спортсмену для подготовки к многолетнему спортивному совершенствованию, преодолению постоянно возрастающих нагрузок, выполнению спортивного режима тренировки на современном уровне, умение целеустремленно преодолевать неприятные эмоции и чувства, связанные со сложными заданиями и большими нагрузками.

Коллектив - это огромная воспитательная сила в спорте. Совместные занятия, коллективный общественно полезный труд, беседы, экскурсии, походы сплачивают детей, формируют такие качества как взаимная ответственность, уважение друг к другу, доверие, коллективизм.

Пребывание в летнем спортивно-оздоровительном лагере и особенно участие в соревнованиях еще больше сближает членов коллектива учреждения.

Весь учебно-тренировочный процесс и мероприятия, проводимые в учреждении, направлены на воспитание патриотизма, любви и преданности Родине, школе, коллективу, достижение высоких спортивных результатов. В течение учебного года и во время школьных каникул в учреждении проводятся различные мероприятия, задачами которых являются пропаганда здорового образа жизни, развитие физических качеств спортсменов, выявление сильнейших. Туристические походы в каникулярное время способствуют расширению кругозора детей, воспитанию гражданственности и патриотизма.

Важное место в воспитательной работе учреждения отводится соревнованиям, которые проводятся согласно календарному плану по каждому отделению.

5. Диагностика результативности освоения программы

Образовательный результат

Основным показателем работы педагогического коллектива являются спортивные достижения воспитанников.

Основные формы подведения итогов реализации образовательной программы: соревнования, сдача контрольно-переводных нормативов, выполнение нормативов по спортивным разрядам в соответствии со спецификой вида спорта. После окончания учреждения выпускники, освоившие учебную программу по выбранному виду спорта в полном объеме, награждаются памятными дипломами и призами.

Мониторинг — это непрерывное (систематическое) отслеживание состояния и результатов какой-либо деятельности с целью управления их качеством и повышения эффективности.

Одним из предметов мониторинга в ДЮСШ являются образовательные результаты.

Детско-юношеская спортивная школа как учреждение физкультурно-спортивной направленности ежегодно сдает различные статистические отчеты, который включают в себя результаты работы ДЮСШ по разным параметрам. Например,

- Численность занимающихся по годам и этапам обучения,
- Количество подготовленных спортсменов-разрядников,
- Лучшие личные, командные достижения обучающихся учреждения на региональных и всероссийских соревнованиях.
- Тренерско-преподавательский состав (образование, категория) и др.

Выполнение контрольно-переводных нормативов.

В учебной программе по каждому виду спорта представлены тесты и контрольные нормативы, которые являются основой постоянного контроля за темпами развития физических качеств спортсменов. Контроль включает педагогическое тестирование физического состояния ребенка, его общефизической и специальной физической подготовленности и проводится 2-3 раза в год. По разным видам спорта эти сроки отличаются.

Комплексный педагогический контроль позволяет объективно оценить подготовленность юного спортсмена. И при выполнении нормативных требований по ОФП (общей физической подготовке) и СФП (специальной физической подготовке) осуществляется прием спортсменов на учебно-тренировочный этап и перевод по годам обучения.

Документация по нормативам собирается в папки по учебным годам, и также фиксируются на последних страницах в журнале учета занятий.

Выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов.

Одним из показателей работы спортивной школы является подготовка спортсменов-разрядников. Присвоение спортивных званий и разрядов осуществляется в соответствии с Единой всероссийской спортивной классификацией (ЕВСК), где определены нормы, выполнение которых необходимо для их присвоения для всех официально признанных видов спорта.

Результаты участия в соревнованиях различного уровня (количество занятых призовых мест).

Важной составляющей деятельности ДЮСШ являются результаты участия воспитанников в соревнованиях, где они показывают не только свои возможности, но и результаты учебных тренировок, а также вклад своего тренера.

Ежегодно обучающиеся успешно выступают на соревнованиях различных уровней.

На основании протоколов соревнований учреждение ведет отчетность по выступлениям обучающихся на соревнованиях, которая дает возможность готовить анализ работы по данному направлению для различных отчетов, а также позволяет делать различные выборки по отдельным детям, по тренерам, и занятым местам.

Образовательный результат — это, прежде всего, достижение ребенка. Образовательный результат всегда есть то или иное проявление успешности или не успешности ребенка в конкретном виде деятельности. А мониторинг — одно из важнейших педагогических средств предотвращения и преодоления не успешности детей и подростков.

6. Ожидаемые результаты освоения программы

Модель выпускника

Воспитанники, окончившие Детско-юношескую спортивную школу, это выпускники:

- ✓ освоившие учебные программы по выбранному виду спорта;
- ✓ овладевшие навыками спортивной деятельности по выбранному виду спорта;
- ✓ выполнившие норматив II-I спортивного разряда;
- ✓ знающие свои гражданские права и умеющие их реализовать;
- ✓ уважающие свое и чужое достоинство;
- ✓ уважающие собственный труд и труд других людей;
- ✓ ответственные за свои действия;
- ✓ ведущие здоровый образ жизни;
- ✓ овладевшие основами личной гигиены и здорового образа жизни.