консультативно-методической помощи:
проведение педагогических советов. Методические консультации с привлечением учителей физической культуры общеобразовательных школ.
Организация и проведение районных спартакиад школьников. Организация и проведение районных соревнований.
Аттестация тренеров-преподавателей ЦФКС.
повышение квалификации:
изучение передового опыта работы в области спорта и физической культуры.
В судействе соревнований муниципального и регионального уровней.
Участие в районных, республиканских конкурсах и семинарах.
Обеспечение современной методической литературой.
Изучение правил соревнований и изменений в них.
Самовыдвижение на присвоение квалификационной категории.
Самообразование.
Участие в конкурсах учреждений дополнительного образования детей.

-освоение повышенных тренировочных нагрузок;
-достижение спортивных результатов, характерных для зоны первых больших успехов;
-дальнейшее приобретение соревновательного опыта.

Основные виды содержания подготовки.

1. **Физическая подготовка включает**:
Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;
Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.
2. **Техническая подготовка** включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного спортивного направления.
3. **Теоретическая подготовка** проводится в форме бесед, лекций. Учебный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст занимающихся и излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.
4. **Психологическая подготовка** предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.
5. **Инструкторско-судейская практика**. Одной из задач является подготовка учащихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.
6. **Контрольно-нормативные** мероприятия проводятся в целях объективного определения перспективности обучающихся и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.
7. **Соревнования**. Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
8. **Медицинское обследование**. Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

Методическое обеспечение образовательного процесса.

Методическое обеспечение образовательного процесса осуществляется на уровне:
научно-педагогической помощи:
разработка и внедрение образовательных учебных программ физкультурно-спортивной направленности. Участие в семинарах для тренеров-преподавателей по видам спорта с целью изучения передовых и представления собственных разработок по различным направлениям видов спорта.

«Утверждаю»
Директор Муниципального
учреждения дополнительного образования
«Сернурский центр физической культуры и спорта»
_____/А.Н. Шкалина/

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к учебному плану МУ ДО «Сернурский ЦФКС» на 2026-2027 учебный год

Учебный план разработан на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273 - ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральный закон от 4 декабря 2007 года № 329 - ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации";
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. №1726-р";
- Приказ Министерства спорта России от 15 ноября 2018 г № 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";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018г.№196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»
-Лицензия на право введения образовательной деятельности по реализации программ дополнительного образования";
- Устав образовательного учреждения.

Учебный план направлен на достижение основных целей МУ ДО «Сернурский ЦФКС»:

- привлечение максимально возможного числа детей и молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
-пропаганда здорового образа жизни;
- достижение воспитанниками высоких спортивных результатов в избранном виде спорта;
-обеспечение охраны жизни и здоровья обучающихся;

Главным условием для достижения целей является включение каждого ребенка на каждом занятии в деятельность с учетом его возможностей и способностей, которая обеспечивается решением задач на каждом этапе обучения.

В МУ ДО «Сернурский ЦФКС» культивируется 7 видов спорта (волейбол, баскетбол, лыжные гонки, настольный теннис, футбол, спортивная борьба(Вольная борьба, Бокс)) и Общей физической подготовке (ОФП), что позволяет достаточно широко удовлетворять интересы и потребности детей и добиться массового привлечения их к занятиям.

Учебный план разрабатывается из расчета 36, 42 и 46 недель занятий непосредственно в условиях учреждения. В Учреждение принимаются дети в возрасте от 5 лет. Продолжительность одного занятия в учебных группах не превышает трех академических часов. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения:

- для общей физической подготовке (по социальному контракту)-4 часа в неделю,
- для спортивно - оздоровительной группы – до 6 часов в неделю,
- для групп 1-го года обучения - до 6 часов в неделю;

Вышеуказанные этапы направлены на укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей, формирование стойкого интереса к занятиям спортом вообще, овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и воспитание трудолюбия, развитие физических качеств, достижение физического совершенства, высокого уровня здоровья и работоспособности. СОГ охватывают все культивируемые виды спорта. Занятия в группах СОГ позволяют привлекать в разновозрастной контингент детей, решать вопросы массовости, набора и отбора учащихся, популяризировать здоровый образ жизни.

- для групп 2-го года обучения - до 9 часов в неделю;
- для групп 3-го года обучения - до 9 часов в неделю;

Задачами являются: отбор детей для систематических занятий спортом, с учетом возраста и выявления задатков и способностей детей. Начального освоение техники и тактики выбранного вида спорта. Формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом, приобщение детей к здоровому образу жизни. Характеризуется постепенным наращиванием объема и интенсивности физических нагрузок, воспитанием черт спортивного характера.

- для групп 4-го года обучения - до 12 часов в неделю;
- для групп 5-го года обучения - до 14 часов в неделю;

Характерным является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок. Целенаправленно осуществляется работа по совершенствованию техники и тактики. Повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовки, приобретение соревновательного опыта путем участия в соревнованиях. Совершенствованием техники и развитием специальных физических качеств.

Задачи и преимущественная направленность подготовки:

-совершенствование техники;

-развитие специальных физических качеств;