

ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ

Внимание!

Учреждение не оказывает платных образовательных услуг.

Все образовательные услуги оказываются бесплатно в рамках реализации муниципального задания.

Образование в учреждении ведется на русском языке.

Собственные стипендии для воспитанников не предусмотрены.

Занятия в спортивной школе проводятся:

1. по **программам спортивной подготовки**, разработанным в соответствии с «Федеральным стандартом спортивной подготовки» по видам спорта: хоккей с шайбой, шорт-трек, футбол, спортивная аэробика, бокс.
2. Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детско-юношеская спортивная школа «Энергия» имеет право на ведение образовательной деятельности по **дополнительным общеразвивающим и дополнительным предпрофессиональным программам** по видам спорта: хоккей с шайбой, фигурное катание, шорт-трек, футбол, спортивная аэробика, бокс, художественная гимнастика, дзюдо.

Программы составленным в соответствии с «Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ подготовки в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам», с учетом основных положений и требований нормативных и правовых документов:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»,
- «Федеральный стандарт спортивной подготовки»,

Программы разработаны и утверждены учреждением.

Программы, реализуемые муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования города Новосибирска «Детско-юношеская спортивная школа «Энергия»:

ИТОГО в Учреждении потребителей муниципальной услуги		Общеобразовательная общеразвивающая программа			Общеобразовательная предпрофессиональная программа			Программа спортивной подготовки		
Групп (ед.)	Человек (общее кол-во)	Групп (ед.)	Человек		Групп (ед.)	Человек		Групп (ед.)	Человек	
			кол-во	% от общего кол-ва		кол-во	% от общего кол-ва		кол-во	% от общего кол-ва
72	1320	15	346	26 %	47	842	64%	10	132	10%

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН МБУДО ДЮСШ «Энергия»
по программам спортивной подготовки на 2016-2017 учебный год

1. ШОРТ-ТРЕК

№	Разделы подготовки	Спортивные группы		
		Т-1	Т- 3	Т-4
1	Теоретическая подготовка	8	10	10
2	Общефизическая подготовка	270	269	285
3	Специальная физическая подготовка	93	129	140
4	Технико-тактическая подготовка	121	386	453
5	Контрольно-переводные испытания	10	10	10
6	Инструкторская и судейская практика	8	12	12
7	Восстановительные мероприятия	10	16	26

8	Участие в соревнованиях (количество)	5-8	8-12	
9	Бег на коньках, км	450	936	936
Общее количество часов		520	832	936
Часов в неделю		10	16	18

2. БОКС

№	Разделы подготовки	Спортивные группы	
		ССМ-1	ССМ-2
1	Теоретическая подготовка	30	30
2	Общая физическая подготовка	383	383
3	Специальная физическая подготовка	278	330
4	Технико-тактическая подготовка	328	380
5	Контрольно-переводные нормативы	20	20
6	Инструкторская и судейская практика	10	10
7	Восстановительные мероприятия	30	30
8	Медицинское обследование	5	5
9	Участие в соревнованиях	60	60
Всего часов		1144	1 248
Часов в неделю		22	24

3. СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА

№	Разделы подготовки	Спортивные группы			
		Т-1	Т-2	ССМ-1	ССМ-2
1	Теоретическая подготовка	8	8	16	16
2	Общеспортивная подготовка	130	130	110	110
3	Специальная физическая подготовка	93	93	110	110
4	Акробатика	80	80	100	100
5	Хореография	60	60	140	140
6	Техническая подготовка	121	225	500	604
7	Контрольно-переводные испытания	10	10	10	10
8	Инструкторская и судейская практика	8	8	14	14
9	Восстановительные мероприятия	10	10	40	40
10	Участие в соревнованиях (количество)	5-8		8-12	10-12
11	Медицинское обследование	По графику			
Общее количество часов		520	624	1040	1144
Часов в неделю		10	12	20	22

4. ФУТБОЛ

№	Разделы подготовки	Спортивные группы	
		Т-1	Т-5
1	Теоретическая	37	30
2	Общефизическая	111	164
3	Специальная физическая	94	92
4	ТТМ	229	368
5	Учебные и тренировочные игры	22	26
6	Контрольные игры и соревнования	15	24
7	Инструкторская и судейская практика	8	10
8	Текущие и контрольные испытания	4	14
9	Восстановительные мероприятия	-	*
Общее количество часов		520	728
Часов в неделю		10	14

5. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы
		ССМ-2
1	Теоретическая подготовка	16
2	Общая физическая подготовка	143
3	Специальная физическая подготовка	168
4	Техническая подготовка	651
5	Хореография	192
6	Экзамены и контрольно-переводные нормативы	10
7	Инструкторская и судейская практика	18
8	Восстановительные мероприятия	50
9	Участие в соревнованиях	По календарю
Всего часов		1 248
Часов в неделю		24

6. ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы
		ССМ-1
1	Теоретическая	40
2	Общесфизическая	90
3	Специальная физическая	127
4	ТТМ	285
5	Контрольные и тренировочные игры	86
6	Соревнования	65
7	Инструкторская и судейская практика	11
8	Текущие и контрольные испытания	24
9	Восстановительные мероприятия	Вне сетки
Общее количество часов		728
Часов в неделю		14

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН МБУДО ДЮСШ «Энергия»
по предпрофессиональным программам на 2016-2017 учебный год

1. ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы			
		НП-1	НП-2	НП-3	Т-3
1	Теоретическая подготовка	22	22	22	45
2	Общая физическая подготовка	100	96	96	160
3	Специальная физическая подготовка	46	76	76	120
4	Хореография	42	72	72	120
5	Техническая подготовка	64	100	100	290
6	Контрольно-переводные испытания	2	2	2	1
7	Инструкторско-судейская практика	-	-	-	+
8	Восстановительные мероприятия	+	+	+	+
9	Участие в соревнованиях (количество)	2	2-4	2-4	4-6
Всего часов		276	368	368	736
Часов в неделю		6	8	8	16

2. ШОРТ-ТРЕК

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы			
		НП-3	Т-1	Т-3	Т-4
1	Теоретическая подготовка	8	8	10	12

2	Общефизическая подготовка	186	230	269	290
3	Специальная физическая подготовка	95	93	129	159
4	Техническо-тактическая	115	101	290	325
5	Контрольно-переводные испытания	10	10	10	10
6	Инструкторская и судейская практика	-	8	12	14
7	Восстановительные мероприятия	-	10	16	18
8	Участие в соревнованиях (количество)	3-4	5-8	8-12	
9	Бег на коньках, км	370	520	832	936
Общее количество часов		414	460	736	828
Часов в неделю		9	10	16	18

3. БОКС

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы	
		Т-1	
1	Теоретическая подготовка	22	
2	Общая физическая подготовка	256	
3	Специальная физическая подготовка	142	
4	Технико-тактическая подготовка	170	
5	Контрольно-переводные нормативы	8	
6	Инструкторская и судейская практика	4	

7	Восстановительные мероприятия	8
8	Медицинское обследование	4
9	Участие в соревнованиях	10
Всего часов		624
Часов в неделю		12

4. СПОРТИВНАЯ АЭРОБИКА

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы			
		НП-1	НП-2	НП-3	Т-1
1	Теоретическая подготовка	6	6	6	8
2	Общеспортивная подготовка	100	130	130	130
3	Специальная физическая подготовка	70	98	98	93
4	Акробатика	14	43	43	61
5	Хореография	50	54	54	60
6	Техническая	26	73	73	80
7	Контрольно – переводные испытания	10	10	10	10
8	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	8
9	Восстановительные мероприятия	-	-	-	10
10	Участие в соревнованиях (количество)	1	3-4	3-4	5-8

11	Медицинское обследование	По графику			
Общее количество часов		276	414	414	460
Часов в неделю		6	9	9	10

5. ДЗЮДО

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы	
		НП-1	Т-2
1	Теоретическая подготовка	10	66
2	Общеспортивная подготовка	124	100
3	Специальная физическая подготовка	30	89
4	Техническо-тактическая подготовка	82	261
5	Контрольно-переводные испытания	6	10
6	Волевая подготовка	12	-
7	Нравственная подготовка	6	-
8	Контрольные соревнования	6	36
9	Инструкторская и судейская практика	-	30
10	Восстановительные мероприятия	-	52
11	Медицинское обследование	По графику	
Общее количество часов		276	644
Часов в неделю		6	14

6. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы									
		НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4	Т-5	СС-1	СС-2
1	Теоретическая подготовка	5	10	10	12	12	14	14	14	16	16
2	Общая физическая подготовка	75	70	70	82	102	105	106	115	125	125
3	Специальная физическая подготовка	32	62	62	91	108	132	137	136	147	147
4	Техническая подготовка	126	187	187	268	297	329	379	437	486	578
5	Хореография	32	75	75	89	105	126	147	160	168	168
6	Экзамены и контрольно-переводные нормативы	6	10	10	10	10	10	10	10	10	10
7	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	10	10	12	14	17	17
8	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	10	23	34	43	43
9	Участие в соревнованиях	По календарю									
Всего часов		276	414	414	552	644	736	828	920	1012	1104
Часов в неделю		6	9	9	12	14	16	18	20	22	24

7. ФУТБОЛ

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы			
		НП-3	Т-1	Т-3	Т-4
1	Теоретическая	11	20	37	37
2	Общефизическая	106	116	133	133
3	Специальная физическая	-	32	94	94
4	ТТМ	221	220	229	229
5	Учебные и тренировочные игры	15	35	22	22
6	Контрольные игры и соревнования	47	25	15	15
7	Инструкторская и судейская практика	-	-	8	8
8	Текущие и контрольные испытания	14	12	14	14
9	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-
Общее количество часов		414	460	552	552
Часов в неделю		9	10	12	12

8. ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ

№	Разделы подготовки	Учебные спортивные группы					
		НП-1	НП-2	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4
1	Теоретическая	28	37	39	39	50	50
2	Общefизическая	55	74	55	55	78	78
3	Специальная физическая	28	37	83	83	135	135
4	ТТМ	110	174	200	200	215	215
5	Учебные и тренировочные игры	33	44	88	88	141	141
6	Контрольные игры и соревнования	14	18	49	49	55	55
7	Инструкторская и судейская практика	-		6	6	12	12
8	Текущие и контрольные испытания	8	10	12	12	20	20
9	Восстановительные мероприятия	-	20	20	20	30	30
Общее количество часов		276	414	552	552	736	736
Часов в неделю		6	9	12	12	16	16

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН МБУДО ДЮСШ «Энергия»
по общеразвивающей программе
на 2016-2017 учебный год
на 36 недель

	Разделы подготовки	Учебные группы	
		СО-1	СО-2
1	Теоретическая	3	4
2	Общезначительная	107	124
3	Специальная физическая	68	86
4	Текущие и контрольные испытания (контрольно- переводные нормативы)	2	2
ВСЕГО		180	216