

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного  
образования  
детско-юношеская спортивная школа № 2  
города Кузнецка имени Адгама Тагировича Абубекерова

Принята  
на педагогическом совете  
протокол № 1  
«29» 08 2022 г.



Утверждаю  
Директор МБОУ ДО ДЮСШ № 2  
Ю.А.Артамонова  
«29» 08 2022 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
МБОУ ДО ДЮСШ № 2  
г. Кузнецка им. А.Т.Абубекерова**

2022 год

## **Структура образовательной программы**

1. Паспорт образовательной организации
2. Пояснительная записка
3. Учебный план
4. Восстановительные средства и мероприятия
5. Инструкторская и судейская практика
6. Ожидаемые результаты
7. Контроль над образовательным процессом
8. Взаимодействие с муниципальными и областными учреждениями
9. Реализуемые образовательные программы

## 1. Паспорт образовательной организации

1.1. Официальное наименование:

полное: Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детско-юношеская спортивная школа № 2 города Кузнецка имени Адгама Тагировича Абубекерова (далее – Учреждение).

сокращенное: МБОУ ДО ДЮСШ № 2 г. Кузнецка им. А.Т.Абубекерова

1.2. Место нахождения: 442530, Пензенская область, город Кузнецк, ул.Ленина, 210, ул.Ленина, 234\_Г

1.3. Организационно-правовая форма: бюджетное учреждение.

1.4. Форма собственности: муниципальное учреждение.

1.5. Организация образовательной деятельности:

1.5.1. Виды спорта, культивируемые в образовательной организации:

волейбол;

спортивная борьба;

легкая атлетика;

лыжные гонки.

1.5.2. Учреждение осуществляет образовательный процесс в соответствии с утвержденными учебными планами и образовательными программами для каждого этапа подготовки обучающихся:

- - спортивно-оздоровительный

срок освоения программы – весь период обучения. Спортивно-оздоровительные группы формируются как из вновь зачисляемых в ДЮСШ обучающихся, так и из обучающихся не имеющих по каким-либо причинам возможности продолжать занятия на других этапах подготовки, но желающих заниматься избранным видом спорта; В спортивно-оздоровительных группах учебно-тренировочный процесс направлен 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. Занятия в группах СОГ позволяют привлекать в Учреждение разновозрастной контингент детей, решать вопросы массовости, набора и отбора обучающихся, популяризировать здоровый образ жизни.

- - начальной подготовки (2 года):

- включает содержательный досуг средствами спорта;

- систематические занятия спортом, направленные на развитие личности, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств;

- привитие навыков гигиены и самоконтроля;

- тренировочный этап (до 6 лет)

- включает занятия, способствующие повышению уровня физического развития, общей физической и специальной подготовки, выполнению должных норм в избранном виде спорта, исходя из индивидуальных особенностей обучающихся,

- проведение профилактики вредных привычек и правонарушений;
  - спортивного совершенствования (весь период)
- включает специализированную подготовку обучающихся (перспективных спортсменов) в целях достижения высоких и стабильных результатов, позволяющих успешно выступать в первенствах, и чемпионатах Пензенской области и России, и выполнять нормативные требования.

1.5.3. Основной формой образовательного процесса является учебно-тренировочный процесс, состоящий из:

- групповых учебно-тренировочных и теоретических занятий;
- работы по индивидуальным планам подготовки;
- медико-восстановительных (реабилитационных) мероприятий;
- промежуточной аттестации;
- участия в соревнованиях и матчевых встречах,
- учебно-тренировочных сборах в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и перед вышестоящими по рангу соревнованиями;
- инструкторской и судейской практики.

1.5.4. Основанием для зачисления в образовательную организацию является:

- заявление родителей (законных представителей) обучающегося до 14 лет;
- медицинская справка о состоянии здоровья;
- согласие на обработку персональных данных.

1.5.5. При приеме образовательная организация знакомит обучающихся и их родителей (законных представителей) с условиями зачисления и документами, регламентирующими деятельность образовательной организации:

- Уставом Учреждения;
- Лицензией на осуществление образовательной деятельности;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Положением о правилах приема, перевода и отчисления обучающихся;
- Образовательной программой Учреждения;
- и другими локальными актами Учреждения.

1.5.6. Минимальный возраст зачисления детей в Учреждение: 9 лет (волейбол, легкая атлетика, лыжные гонки), 10 лет (спортивная борьба), с 7 лет на спортивно-оздоровительный этап.

1.5.7. Максимальный возраст занимающихся – 18 лет. Возраст спортсмена не ограничивается, если его спортивные достижения стабильны и соответствуют этапу спортивного совершенствования.

1.5.8. Правила приема по этапам обучения:

на спортивно-оздоровительный этап и этап начальной подготовки принимаются лица, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний в установленном для вида спорта возрасте;

на тренировочный этап подготовки зачисляются только здоровые и практически здоровые дети, прошедшие не менее

одного года необходимую подготовку, при выполнении ими контрольно-переводных нормативов и разрядных требований; на этап совершенствования спортивного мастерства зачисляются спортсмены, выполнившие (подтвердившие) спортивный разряд Кандидата в Мастера спорта;

1.5.9. Учреждение организует работу с постоянным составом обучающихся круглогодично. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября.

1.5.10. Деятельность Учреждения оценивается по результатам подготовки спортсменов в соответствующие сборные команды Пензенской области, ПФО и Российской Федерации и их участию в областных, всероссийских и международных соревнованиях.

1.5.11. Организация образовательного процесса регламентируется программами, учебным планом, режимом учебно-тренировочной работы и расписанием занятий, разрабатываемыми Учреждением на основании нормативных правовых документов.

1.5.12. Учебный план, режим учебно-тренировочной работы, расписание занятий, количество групп, контингент обучающихся Учреждения утверждаются директором ежегодно.

1.5.13. Содержание образовательного процесса определяется исходя из учебных программ по видам спорта, включающих минимум содержания, максимальный объем тренировочной работы, требования к уровню подготовленности обучающихся, установленные государственным органом управления физической культурой и спортом.

1.5.14. Учебно-тренировочные занятия проводятся на спортивных базах: ФОК «Звездный», МБОУ СОШ 1,2,3,4,5,6,8,10,14,15,16,17,21, л/б «Снежинка».

1.6. Кадровый состав образовательной организации:

1.6.1. В образовательной организации работают 22 тренера-преподавателя на штатной основе и 1 тренер-преподаватель по совместительству. Из них:

- 3 - Заслуженных тренера России;
- 8 - имеют высшую категорию;
- 4 - имеют 1 категорию;
- 5 - имеют базовую категорию;
- 9 - имеют высшее образование;
- 2 - обучаются в высшем учебном заведении.

1.6.2. Административный аппарат образовательной организации состоит из:

- директор;
- заместитель директора по УВР;
- заместитель директора по ВР.

1.6.3. В образовательной организации развита преемственность поколений – 10 человек, включая директора образовательной организации, в прошлом выпускники образовательной организации.

1.6.4. Тренеры-преподаватели имеют почетные звания и награды:

- 3 человека – Заслуженный тренер России;
- 3 человека – Отличник физической культуры и спорта;
- 2 человека – победитель в номинации «Лучший детский тренер страны»;

- 2 человека – Почетный работник образования РФ.

1.7. Образовательный уровень обучающихся в Учреждении:

1.7.1. В Учреждении по состоянию на 1 сентября 2018 года занимается 1181 обучающийся.

Из них:

- волейбол – 224 чел;
- спортивная борьба – 607 чел.;
- легкая атлетика – 142 чел.;
- лыжные гонки – 208 чел.

## **2. Пояснительная записка**

Образовательная программа – документ нормативно – констатирующего плана, содержание которого представляет своеобразие организации образовательной деятельности в МБОУ ДО ДЮСШ № 2 города Кузнецка. Образовательная программа раскрывает объем, содержание, планируемые результаты, организационно-педагогические условия организации образовательного процесса.

Образовательная деятельность в МБОУ ДО ДЮСШ № 2 осуществляется в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами: Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Уставом МБОУ ДО ДЮСШ №2; Санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования СанПиН 2.4.4.1251-03; локальными актами; другими федеральными, региональными, муниципальными нормативными документами, регламентирующими образовательную деятельность в дополнительном образовании. В ней отражены основные принципы спортивной подготовки спортсменов, опыт работы школы по видам спорта: волейболу, спортивной борьбе, легкой атлетике, лыжным гонкам.

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах, соответствия его требованиям высшего спортивного мастерства.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юных спортсменов вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Цель программы:

Физическое и духовное развитие обучающихся посредством занятий спортом.

Выполнение задач, поставленных МБОУ ДО ДЮСШ № 2 города Кузнецка, предусматривает:

- проведение практических и теоретических занятий;
- обязательное выполнение учебного плана, приемных, выпускных и переводных контрольных нормативов;
- регулярное участие в соревнованиях;
- осуществление восстановительно-профилактических мероприятий;
- просмотр учебных кинофильмов, соревнований квалифицированных спортсменов;
- прохождение инструкторской и судейской практики;
- обеспечение четкой, хорошо организованной системы отбора способных юных спортсменов;
- организацию систематической воспитательной работы, привитие юным спортсменам навыков спортивной этики, организованности, дисциплины, любви и преданности своему коллективу;
- четкую организацию учебно-воспитательного процесса;
- привлечение родительского актива к регулярному участию в организации учебно-воспитательной работы школы.

Основной показатель работы отделений школы - стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года).

Срок реализации программы: 2018-2019 учебный год.

**Группы видов спорта и минимальный возраст зачисления детей в спортивную школу по этим видам спорта**

Возраст (лет)	I группа	II группа	III группа
9	легкая атлетика, лыжные гонки	волейбол	
10	спортивная борьба		

**Нормативы по наполняемости учебных групп и максимальным объемам учебно-тренировочной нагрузки**

Этап подготовки	Период обучения	Минимальная наполняемость группы (чел)	Максимальный количественный состав группы (чел)	Максимальный объем учебно-тренировочной нагрузки (чел/нед.)
1	2	3	4	5
Спортивно-оздоровительный	Весь период	15	30	6
Начальной подготовки	Первый год	15	30	6

	Второй год	12	24	9
	Третий год	12	24	9
Тренировочный	Первый год	10	20	12
	Второй год	10	20	12
	Третий год	8	16	18
	Четвертый год	8	16	18
	Пятый год	8	16	18
Этап совершенствования спортивного мастерства	До года	6	12	24
	Свыше года	6	12	28

### 3. Учебный план

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

В каждом этапе поставлены задачи с учетом возраста занимающихся и их возможностей, требований подготовки в перспективе спортсменов высокого класса.

*Этап начальной подготовки.* Основной принцип учебно-тренировочной подготовки – универсальность подготовки обучающихся.

Задачи:

- укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, ловкости, гибкости;
- обучение основам техники перемещений; начальное обучение тактическим действиям, привитие стойкого интереса к занятиям по видам спорта, приучение к соревновательной обстановке;
- подготовка к выполнению нормативных требований по видам подготовки.

*Тренировочный этап.* Основной принцип учебно-тренировочной работы – универсальность подготовки с элементами специализации (по функциям).

Задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма занимающихся, содействие правильному физическому развитию; повышение уровня общей физической подготовленности, развитие специальных физических способностей, необходимых при совершенствовании техники и тактики;
- прочное овладение основами техники и тактики;
- приучение к соревновательным условиям;
- обучение навыкам ведения дневника, системам записи и анализу полученных данных;
- приобретение навыков в организации и проведении соревнований, судейства, учебно- тренировочных занятий; выполнение нормативов по видам подготовки.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
распределения учебных часов для ГНП и УТГ отделения волейбола

РАЗДЕЛЫ	Группы НП		Тренировочные группы				
	1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-6-й год
1. Теоретическая подготовка	8	12	20	20	30	30	30
2. Общая физическая подготовка	99	128	110	110	78	78	78
3. Специальная физическая подготовка	60	70	80	80	140	140	140
4. Избранный вид спорта: - Техническая подготовка - Участие в соревнованиях (интегральная подготовка) - Углубленное медицинское обследование - Восстановительные мероприятия - Инструкторская и судейская практика	145	258	414	414	688	688	688

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
распределения учебных часов для отделения лыжных гонок

РАЗДЕЛЫ	Группы НП		Тренировочные группы				
	1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-6-й год
1. Теоретическая подготовка	17	20	20	25	25	30	30
2. Общая физическая подготовка	176	259	275	336	343	300	300
3. Специальная физическая подготовка	60	100	112	130	190	284	350
4. Избранный вид спорта: - Техническая подготовка - Участие в соревнованиях (интегральная подготовка) - Углубленное медицинское обследование - Восстановительные мероприятия - Инструкторская и судейская практика	59	89	113	153	188	218	281

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
распределения учебных часов для ГНП и УТГ отделения спортивной борьбы

РАЗДЕЛЫ	Группы НП		Тренировочные группы					СС до года	СС свыше года
	1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-6-й год		
1. Теоретическая подготовка	3	6	8	9	10	10	10	12	16
2. Общая физическая подготовка	100	130	220	210	208	220	250	280	330
3. Специальная физическая подготовка	60	120	140	190	170	218	234	220	250

4.Избранный вид спорта: - Техническая подготовка - Участие в соревнованиях (интегральная подготовка) - Углубленное медицинское обследование - Восстановительные мероприятия - Инструкторская и судейская практика	89	122	184	235	348	380	426	592	692
--	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

распределения учебных часов для ГНП и УТГ отделения легкой атлетики

РАЗДЕЛЫ	Группы НП		Тренировочные группы				
	1-й год	2-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-6-й год
1. Теоретическая подготовка	14	18	28	28	32	37	41
2.Общая и специальная физическая подготовка	83	111	165	165	194	221	248
3.Избранный вид спорта: - Техническая подготовка - Участие в соревнованиях (интегральная подготовка) - Углубленное медицинское обследование - Восстановительные мероприятия - Инструкторская и судейская практика	179	239	359	359	418	478	539

### 4.Восстановительные средства и мероприятия

*Педагогические средства восстановления:* рациональное построение тренировочных занятий; рациональное чередование тренировочных нагрузок различной направленности; организма для активного отдыха.

*Психологические средства восстановления:* аутогенная тренировка; психорегулирующие воздействия; дыхательная гимнастика.

*Медико-биологические средства восстановления:* питание; гигиенические и физиотерапевтические процедуры; баня; массаж; витамины и адаптогены. Особенности применения различных восстановительных средств на этапах годичного тренировочного цикла. Организация восстановительных мероприятий в условиях спортивного лагеря и учебно-тренировочного сбора.

### 5.Инструкторская и судейская практика

Приобретение навыков судейства и самостоятельной практики проведения занятий является обязательным для всех групп подготовки и осуществляется с целью получения учащимися звания инструктора-общественника и судьи по спорту и последующего привлечения их к тренерской и судейской работе, а также имеет большое воспитательное значение - у занимающихся воспитывается вкус к наставничеству, сознательное отношение к тренировочному процессу и уважение к решениям судей.

Навыки организации и проведения занятий и соревнований приобретаются на всем протяжении многолетней подготовки в процессе теоретических занятий и практической работы в качестве помощника тренера, инструктора, помощника судьи, секретаря, самостоятельного судейства.

### **6. Ожидаемые результаты**

1. Выполнение спортивных разрядов.
2. Получить звание инструктор - общественник по спорту.
3. Получить звание судьи по спорту.
4. Укрепление здоровья, физического развития и повышение работоспособности.
5. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни и потребности в систематических и самостоятельных занятиях спортом.
6. Формирование таких положительных черт характера как воля, настойчивость, активность.
7. Воспитание чувства ответственности.
8. Развитие двигательных качеств.
9. Расширение теоретических знаний учащихся о развитии спорта в стране и за рубежом.
10. Формирование основных представлений о функциях и строении организма, гигиенических знаниях, развитии навыков закаливания и самоконтроля.
11. Формирование и совершенствование навыков в своем виде спорта.
12. Создание команды, способной защищать честь ДЮСШ на областных и российских соревнованиях в составе сборной команды.

### **7. Контроль над образовательным процессом**

Контроль над образовательным процессом на отделениях осуществляется в соответствии с утвержденным планом работы Учреждения на 2018-2019 учебный год. В данном направлении работы проводится контроль над:

- выполнением образовательных программ;
- выполнением тематических планов-графиков;
- ведением журналов учета групповых занятий;
- проведением промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

По плану внутришкольного контроля проводится проверка наполняемости групп, сохранности контингента обучающихся, организации и программно-методического обеспечения занятий в группах. В течение учебного года осуществляется контроль за работой педагогических кадров с целью совершенствования их профессионального мастерства через:

- анализ проведения открытых занятий (мероприятий);
- мониторинг прохождения педагогическими работниками курсов повышения квалификации,
- участия в методических мероприятиях различного уровня;
- мониторинг прохождения аттестации руководящими и педагогическими работниками.

В течение учебного года проводится проверка наличия необходимой документации в личных делах обучающихся. Перед началом и в течение учебного года проводится проверка санитарного состояния помещений

Учреждения, испытание спортивных тренажеров, ведения документации, в т.ч. по технике безопасности и охране труда.

### **8.Взаимодействие с муниципальными и областными учреждениями**

В текущем учебном году продолжается деятельность по интеграции Учреждения в единое образовательное пространство города и области. Учреждение сотрудничает со следующими организациями и учреждениями:

- с образовательными учреждениями города с целью организации единого образовательного пространства;
- с городскими учреждениями по вопросам обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- с управлением культуры, отделом администрации по физической культуре и спорту;
- с федерациями по видам спорта: волейбол, греко-римская борьба, лыжные гонки и легкая атлетика.

### **9.Реализуемые образовательные программы**

Обучение ведется по образовательным программам, разработанным в соответствии с существующими требованиями. Для информационно-методического и дидактического обеспечения образовательных программ используются методические материалы федерального, регионального значения, а также методические материалы, разрабатываемые педагогами. На начало 2018/2019 учебного года в учреждении реализуются 14 образовательных программ.

Перечень дополнительных образовательных программ на 2018-2019 учебный  
год

<b>№ п/п</b>	<b>Название программы</b>	<b>Срок реализации программы</b>	<b>Возраст детей</b>	<b>Направленность программы</b>	<b>Цель, краткая характеристика программы</b>
1	Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу	весь период обучения	7-18 лет	Физкультурно-спортивная	Актуальность программы в том, что она предназначена для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в спортивной школе способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования в дисциплине, ребенок более раскрепощается. что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.
2	Дополнительная общеразвивающая программа по спортивной (греко-римской) борьбе	весь период обучения	7-18 лет	Физкультурно-спортивная	В Программе раскрывается содержание образовательного процесса и воспитательной работы, проводятся учебно-тематические планы по разделам подготовки (физической, технической, теоретической, тактической, игровой). Основная функция программы – физическое

					образование, вспомогательные функции: физическое воспитание и спортивная подготовка. В основу отбора и систематизации материала программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.
3	Дополнительная предпрофессиональная программа по волейболу	8	9-18 лет	Физкультурно-спортивная	Формирование потребности обучающихся в активном и здоровом образе жизни. Программный материал объединен в целостную систему восьмилетней спортивной подготовки. Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации учебно-тренировочного процесса волейболистов на этапах: два года обучения на этапе начальной подготовки и шесть лет на тренировочном. Данная программа способствуют достижению уровня спортивных успехов в соответствии со способностями обучающихся.
4	Дополнительная предпрофессиональная программа по спортивной борьбе	10	10-20 лет	Физкультурно-спортивная	Основной целью является многолетняя подготовка спортивных резервов, спортсменов высокой квалификации с гармоничным развитием физических и духовных сил. В данной программе представлено содержание работы на трех этапах: начальной подготовки (2 года), тренировочном (6 лет), совершенствования спортивного мастерства (2 года). Данная программа способствует самосовершенствованию, формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей
5	Дополнительная предпрофессиональная программа по легкой атлетике	8	9-18 лет	Физкультурно-спортивная	Формирование потребности обучающихся в активном и здоровом образе жизни. Программа раскрывает комплекс разделов подготовки юных легкоатлетов на период обучения начальной подготовки (2 года) и тренировочном этапе (6 лет). Занятия призваны способствовать самосовершенствованию, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов.
6	Дополнительная предпрофессиональная программа по лыжным гонкам	8	9-18 лет	Физкультурно-спортивная	Формирование потребности обучающихся в активном и здоровом образе жизни. Программа раскрывает комплекс разделов подготовки юных лыжников на период обучения начальной подготовки (2 года) и

					тренировочном этапе (6 лет). Занятия лыжными гонками призваны способствовать самосовершенствованию, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов.
--	--	--	--	--	---

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2 ГОРОДА КУЗНЕЦКА ИМЕНИ АДГАМА ТАГИРОВИЧА АБУБЕКЕРОВА**, Артамонова Юлия Александровна, Директор  
28.10.2022 12:53 (MSK), Сертификат 01D7E4E780EEA220000000CF00060002