



Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования Городского округа «город Ирбит» Свердловской области
«Ирбитская спортивная школа»
(МАОУ ДО «Ирбитская спортивная школа»)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ДО
«Ирбитская спортивная школа»
П. Н. Шевчук
Приказ № *21* от «*24*» *августа* 20*23* г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
по реализации дополнительной
общеразвивающей программы в области физической
культуры и спорта
«Крепыши»
на 2023/2024 учебный год

Пояснительная записка

Муниципальным автономным образовательным учреждением дополнительного образования Городского округа «город Ирбит» Свердловской области «Ирбитская спортивная школа» разработан учебный план в соответствии с Федеральным законом РФ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом РФ от 30.04.2021 г. №127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»; Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта, утвержденные ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания»; Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях, утвержденными ГАНОУ СО «Дворец молодежи», Региональный модельный центр.

Основной целью учебного плана спортивной школы является функционирование эффективной учебно-воспитательной системы, интегрирующий опыт и потенциал педагогического коллектива, обеспечивающий уровень развития детей и активизацию их познавательных интересов, формирование творчески развитой личности, обладающей социально - нравственной устойчивостью.

Задачи:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития.

Программа	Уровень	Год обучения	Объем часов	Разряд	Примерный возраст	Наполняемость групп
Дополнительная общеразвивающая программа в области ФК и С «Крепыши»	Нет	Весь период	3	б/р	5-8 лет	15-25 человек

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретические основы общей физической подготовки (ОФП): понятие ОФП, функции ОФП	32	32		Теоритический тест по основам общей физической подготовки (ОФП)
2	Практические основы общей физической подготовки (ОФП): освоение навыков физической подготовки: бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, кувырки вперед и назад, приседания на месте, прыжки вверх и др. Эстафеты, подвижные и спортивные игры	94		94	Выполнение комплекса упражнений, анализ игровой деятельности
3	Итого	126	32	94	-