

«СОГЛАСОВАНО»
Тренерским советом СПб ГБОУ ДОД ГК
СДЮШОР «Комета»
Протокол № 2 от «11» августа 2016года

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор СПб ГБОУ ДОД ГК
СДЮШОР «КОМЕТА»
И.Ф.Ушаков



ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НА 2016-2017 УЧЕБНЫЙ ГОД



Санкт-Петербургское Государственное
бюджетное образовательное учреждения
дополнительного образования детей
Городская Комплексная Специализированная
детско-юношеская школа олимпийского резерва
«Комета»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Годовой календарный учебный график Санкт-Петербургского Государственного бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей Городская Комплексная Специализированной детско-юношеской школы олимпийского резерва «Комета» (далее – СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета») является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в учреждении.

Нормативно-правовая база годового календарного учебного графика СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета»:

1. Конвенция о правах ребенка.
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».
3. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ.
4. «Типовое положение об образовательном учреждении дополнительного образования детей» от 26.06.2012 г. № 504.
5. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации приказ от 24.10.2012г. № 325.
6. Устав СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета»
7. Лицензия на право образовательной деятельности от 05 декабря 2012 г. № 0232.

Годовой календарный учебный график СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета» рассматривается на Тренерском совете и утверждается директором.

Годовой календарный учебный график в полном объеме учитывает индивидуальные, возрастные, психофизические особенности обучающихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета» в установленном законодательством Российской Федерации порядке несет ответственность за реализацию в полном объеме дополнительных образовательных программ в соответствии с годовым календарным учебным графиком.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Начало учебного года: **01 сентября 2016 года**

Продолжительность учебного года составляет 52 учебных недели: 46 недель непосредственно в условиях спортивной школы и 6 недель для тренировок в спортивно-оздоровительном лагере и по индивидуальным планам учащихся. Годовой план распределения учебных часов на 52 недели учебно-тренировочных занятий по теории и практике представлен в приложениях 1, 2.

Учебные занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором. **Академический час = 45 минут.**

Начало занятий: 08-00

Окончание занятий: 20-00

Этапы и годы обучения, минимальный возраст для зачисления, минимальное количество учащихся в группе, максимальное количество учебных часов в неделю устанавливаются в соответствии с режимами учебно-тренировочной работы и требованиями к спортивной подготовке по видам спорта.

Режимы учебно-тренировочной работы и требования к спортивной подготовке по видам спорта

Год обучения	Требования по физической и специальной подготовке на начало учебного года	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный объем учебно - тренировочной работы (час./нед.)	Нормативы оплаты труда (в % на одного занимающегося)
Группы Начальной подготовки /НП/					
1-й год	Выполнение нормативов ОФП	12-15	30	6	0,5
2-й год			28	9	2,6
3-й год			28	9	3,6
Учебно-Тренировочные группы /УТГ/					
1-й год	Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП	10-12	24	12	5
2-й год			20	12	5
3-й год			20	18	10
Группы совершенствования спортивного мастерства /ССМ/					
1-й год	КМС	4-7	14	28	17
2-й год			12	28	23
3-й год			12	28	23
Группы высшего спортивного мастерства (ВСМ)					
Весь период	МС, МСМК	1-4	8	32	35

Соревновательная деятельность: согласно утвержденному календарному плану спортивно-массовых мероприятий СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета» на 2016- 2017 г.г.

Тренировочные мероприятия: согласно календарному плану тренировочных мероприятий СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета» на 2016 - 2017 г.г.

Медицинский контроль:

- углубленное медицинское обследование: осень 2016г., весна 2017 г. (Спортивный Диспансер, набережная реки Фонтанки дом 7);
- текущий медицинский контроль: в течении года.

В целях недопущения перегрузок и сохранения здоровья детей между занятиями вводятся перерывы. Праздничные дни – в соответствии с Постановлением Правительства РФ.

*Рассмотрено и принято
на тренерском совете
протокол от « 29 » 08.2016 г. № 2*

**Годовой план распределения учебных часов на 52 недели учебно-тренировочных занятий (теория)
СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета»
на 2016 – 2017 учебный год.**

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки									
		НП			ТГ			СС			ВСМ
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	
Теоретические занятия											
1.	Физическая культура и спорт	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2
2.	Виды спорта в системе физического воспитания	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
3.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
4.	Гигиенические занятия и навыки, закаливание, режим и питание спортсмена.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
5.	Врачебный контроль. Предупреждение травм, оказание первой медицинской помощи, спортивный массаж и самомассаж.	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
6.	Основы техники и тактики.	-	1	1	1	1	2	6	6	6	6
7.	Основы методики обучения и тренировки.	-	1	1	-	-	2	2	2	2	2
8.	Краткие сведения о физических основах спортивной тренировки.	-	-	-	-	-	-	2	2	2	2
9.	Общая специальная физическая подготовка спортсмена.	-	-	-	-	-	2	2	2	2	2
10.	Планирование спортивной тренировки.	-	-	-	-	-	-	4	4	4	6
11.	Моральный и волевой облик спортсмена. Психологическая подготовка спортсмена.	-	1	1	1	1	1	1	2	2	2
12.	Правила, организация и проведение соревнований.	1	1	1	4	4	4	2	2	2	2
13.	Места занятий, оборудование и личный инвентарь спортсмена.	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
14.	Зачеты.	-	-	-	1	1	1	1	1	1	1
ИТОГО ЧАСОВ		6	9	9	12	12	18	28	28	28	32

**Учебный план на 52 недели учебно-тренировочных занятий
СПб ГБОУ ДОД ГК СДЮШОР «Комета»
на 2016 – 2017 учебный год.**

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки									
		НП			УТГ			ССМ			ВСМ
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	весь период
1.	Общая физическая подготовка	178	249	249	256	256	263	485	485	485	485
2.	Специальная физическая подготовка	60	90	90	142	142	263	300	300	300	408
3.	Технико-тактическая подготовка	60	113	113	170	170	350	420	420	420	520
4.	Теоретическая подготовка	6	6	6	22	22	24	32	32	32	32
5.	Контрольно – переводные испытания	4	6	6	12	12	12	28	28	28	28
6.	Контрольные соревнования	-	-	-	6	6	8	80	80	80	80
7.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	4	4	6	36	36	36	36
8.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	8	8	10	70	70	70	70
9.	Медицинское обследование	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		312	468	468	624	624	936	1456	1456	1456	1664