

Рассмотрено

на заседании педагогического совета
МБУДО ДЮСШ по ЗВС
Протокол № 01 от «30» августа 2018 г.

Утверждаю

Директор МБУДО ДЮСШ по ЗВС
С.Д. Потехин
Приказ № 260 от «27» августа 2018 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детско-юношеская
спортивная школа по зимним видам спорта»
города Белгорода**

на 2018-2019 учебный год.

Структура учебного плана МБУДО ДЮСШ по ЗВС состоит из:

- пояснительной записки;
- режима работы;
- количества учебных групп по отделениям;
- учебного плана (сетка часов) по хоккею с шайбой и фигурному катанию на коньках по дополнительным предпрофессиональным программам, отведенных на каждый вид спорта;
- программно-методическое обеспечение образовательной деятельности.

Пояснительная записка.

Учебный план является нормативным документом, регламентирующим деятельность муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа по зимним видам спорта» г. Белгорода.

Учебный план разработан на основании нормативно-правовых актов, регулирующие вопросы организации спортивной подготовки в МБУДО ДЮСШ по ЗВС в целях осуществления подготовки и условий реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта.

Федерального уровня:

- Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- Закона «О физической культуре и спорту в Российской Федерации» от 04.12.2007 года № 329-ФЗ.

- Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р).

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПИН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

- Письма Минобрнауки России от 11.12.2006 года № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

- Приказа Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приказа Министерства спорта РФ от 27.12.2013 г № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

- Приказа Министерства спорта РФ от 12.09.2013 г. № 730 «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».

- Приказа Министерства спорта РФ от 12.09.2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

- Приказа Минспорта России от 19.01.2018 № 38 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках».

- Приказа Минспорта России от 23.03.2013 № 149 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта хоккей с шайбой».

Муниципального уровня:

• Положения об оплате труда работников муниципальных образовательных учреждений г. Белгорода, утвержденного решением Совета депутатов г. Белгорода от 23.09.2008 г. № 84 (с изменениями).

Уровня образовательного учреждения:

- Устава МБУДО ДЮСШ по ЗВС.
- Дополнительными предпрофессиональными программами МБУДО ДЮСШ по ЗВС хоккея с шайбой и фигурное катание на коньках в новой редакции, утвержденные педагогическим советом (протокол № 04 от 29.05.2016 г.) и (приказом № 278 от 26.08.2016 г.).
- Дополнительными предпрофессиональными программами МБУДО ДЮСШ по ЗВС хоккея с шайбой и фигурное катание на коньках, утвержденные педагогическим советом (протокол № 04 от 01.06.2018 г.) и (приказом № 201 от 22.06.2018 г.).

Приказами об утверждении:

- начала учебного года в ДЮСШ по ЗВС, приказ № 238 от 09.08.2018 г.;
- комплектования на 2018-2019 учебный год, приказ № 258 от 27.08.2018 г.;
- педагогической нагрузки на учебный год, приказ № 271 от 27.08.2018 г.;
- плана работы МБУДО ДЮСШ по ЗВС на 2018-2019 учебный год, учебного плана и рабочих программ на учебные группы по видам спорта, приказ № 260 от 27.08.2018 года

Содержание и структура учебного плана определяются целями, задачами и спецификой деятельности МБУДО ДЮСШ по ЗВС.

Учебный план составлен с учетом преемственности и единого направления спортивной подготовки на протяжении годового цикла, годового объема часов и соотношения режимов времени на различные виды подготовки, с учетом повышения нагрузок на спортивно-техническую, специальную физическую и тактическую подготовку.

Учебный план разработан из расчета 46 недель проведения тренировочных занятий с учащимися по хоккею с шайбой и фигурного катания на коньках, непосредственно в условиях образовательного учреждения и дополнительно 6-ти недель проведения оздоровительных мероприятий в период активного отдыха учащихся в условиях загородных лагерей, учебно-тренировочных сборов, индивидуальной и самостоятельной работы.

Организация тренировочного и воспитательного процесса в МБУДО ДЮСШ по ЗВС осуществляется на основе современной методики обучения и тренировок, последовательного освоения разделов учебной программы, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, достижения учащимися разностороннего физического развития, совершенствования спортивного мастерства в избранном виде спорта по дополнительным предпрофессиональным программам.

Цель учебного плана:

Основой учебного плана является содействие реализации дополнительных предпрофессиональных программ и спортивной подготовки по хоккею с шайбой и фигурному катанию на коньках.

Целью многолетней подготовки спортсменов по видам спорта является воспитание высококвалифицированных спортсменов, подготовка их в составы сборных команд России.

Учебный план состоит из трех, преемственно связанных между собой этапов подготовки:

- **начальной подготовки (НП)** - 3 года;
- **тренировочной подготовки (ТП)**, содержит две отдельные составляющие:

базовой подготовки до 2-х лет обучения (1-й и 2-й год обучения);
спортивной специализации до 3-х лет (3-й, 4-й и 5-й год обучения).

• **совершенствования спортивного мастерства (ССМ) -1 и 2 - года обучения** (без ограничений).

Учебный план МБУДО ДЮСШ по ЗВС для каждой ступени обучения **определяет:**

- объем учебных часов по хоккею с шайбой и фигурному катанию на коньках;
- содержание форм работы.

С учетом данного плана реализуются **основные формы занятий:**

• групповые тренировочные занятия с учащимися;

• теоретические занятия (в форме бесед, просмотра и анализа видеозаписей, соревнований);

• работа по индивидуальным планам (этап совершенствования спортивного мастерства);

- тестирование и медицинский контроль;
- участие в соревнованиях различного уровня и матчевых встречах;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- промежуточная аттестация;
- культурно-массовые мероприятия;
- самостоятельная работа, занятия в условиях спортивно-оздоровительном лагере и тренировочных сборов.

Режим работы МБУДО ДЮСШ по ЗВС:

Учебный год муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа по зимним видам спорта» города Белгорода (далее ДЮСШ по ЗВС) начинается с 01 сентября и заканчивается 31 августа.

Тренировочный процесс с учащимися проводится по следующим спортивным дисциплинам:

- хоккея с шайбой;
- фигурное катание на коньках.

МБУДО ДЮСШ по ЗВС организует работу с учащимися в течение всего календарного года. Организация обучения строится в соответствии с учебным планом по дополнительным предпрофессиональным программам по видам спорта: хоккея с шайбой и фигурное катание на коньках.

Деятельность МБУДО ДЮСШ по ЗВС осуществляется **ежедневно, включая выходные и праздничные дни.**

Недельный режим тренировочной нагрузки по хоккею с шайбой и фигурному катанию на коньках установлен с учетом оптимального объема тренировочной и соревновательной нагрузки (от 60% до 90%), установленные Федеральными стандартами спортивной подготовки в зависимости от периода и задач этапов подготовки.

Продолжительность одного тренировочного занятия составляет:

- на начальном этапе подготовки - **два академических часа;**
- на тренировочном этапе подготовки - **три академических часа** при менее, чем четырехразовых тренировочных занятий в неделю;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства, где нагрузка составляет 20 часов и более в неделю - **четыре академических часа**, а при двухразовых тренировочных занятиях в день - **три академических часов.**

Продолжительность одного часа составляет 45 минут.

Объем учебного материала по дополнительным предпрофессиональным программам по хоккею с шайбой и фигурному катанию на коньках для каждого года обучения определен с учетом возраста, уровня подготовленности учащихся в соответствии с количеством часов, отведенных на изучение программных требований.

Обучение в МБУДО ДЮСШ по ЗВС проводится в две смены:

- первая смена с 08.00 до 12.00 часов;
- вторая смена с 14.00 до 20.00 часов;

Тренировочные занятия по видам спорта проводятся по расписанию с 08.00 часов утра и до 20.00 часов с учащимися в возрасте от 6 до 15 лет. С учащимися в возрасте от 16 до 18 лет занятия проводятся до 21 часа в соответствии с требованиями к организации образовательного процесса санитарно-эпидемиологических правил и нормативов 2.4.4.3172-14.

Расписание занятий в МБУДО ДЮСШ по ЗВС составляется администрацией по представлению тренерами-преподавателями в начале учебного года с учетом создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха учащихся, утверждается директором.

Перенос занятий, изменение расписания производится с согласия администрации и оформляется документально.

В воскресные и праздничные дни, кроме (или вместо) основных тренировочных занятий, утвержденные по расписанию, проводятся соревнования, организуются выездные соревнования и спортивно-массовые мероприятия.

Задачи и преимущественная направленность этапов подготовки по видам спорта ДЮСШ по ЗВС:

На этапе начальной подготовки - привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формирование устойчивого интереса к избранному виду спорта, выявление перспективных спортсменов.

На тренировочном этапе спортивной специализации для учащихся тренировочных групп **первого и второго годов обучения:**

- повышение разносторонней физической и функциональной подготовленности, воспитание основных физических качеств (с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств, ловкости и общей выносливости);
- овладение всем арсеналом технических приемов игры в хоккее с шайбой и сложных элементов в фигурном катании на коньках;
- освоение с тактическими схемами ведения игры в хоккее с шайбой по амплуа и индивидуальных тактических действий в фигурном катании на коньках;
- выполнение нормативов юношеских спортивных разрядов.

этапе углубленной специализации для учащихся тренировочных групп **третьего, четвертого, пятого годов обучения:**

- создание предпосылок к дальнейшему повышению спортивного мастерства на основе всесторонней общей физической подготовки - воспитание специальных физических качеств (с преимущественным развитием силы, быстроты, специальной выносливости), повышение уровня функциональной подготовленности и освоение допустимых тренировочных нагрузок. Выполнение спортивных разрядов.

На этапе совершенствования спортивного мастерства: - дальнейшее повышение спортивного мастерства на основе совершенствования общей и специальной подготовленности до уровня требований сборных команд страны.

Основные виды содержания спортивной подготовки.

1. Физическая подготовка включает в себя:

Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности, развитие физических качеств обучающихся по видам спорта.

Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных качеств хоккеистов и фигуристов.

2. Техническая подготовка включает в себя: базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для данного вида спорта - хоккея с шайбой и фигурного катания на коньках.

3. Хореографическая подготовка является составной частью подготовки фигуристов на льду и в зале с использованием различных упражнений, совершенствующих чувство ритма, пластику и выразительность произвольного катания, развивающие музыкальность. Выполнение комбинаций шагов в различных ритмах; разучиваются позы при вращениях, прыжков, толчков и движений руками.

4. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций.

Учебный материал распределен на весь период обучения с учетом возраста учащихся и излагается в доступной для них форме. Теоретическая подготовка может осуществляться в ходе проведения практических занятий и самостоятельной работы.

5. Психологическая подготовка. Предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.

6. Инструкторская и судейская практика. Одной из задач является подготовка учащихся в роли помощника тренера-преподавателя, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на тренировочном этапе подготовки и продолжается на последующих этапах подготовки. Занятия проводятся в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий.

7. Промежуточная аттестация. Формы промежуточной аттестации обучающихся. Оценка уровня развития физических качеств проводится 2 раза в году в виде контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке. Целью промежуточной аттестации является: - установление фактического уровня теоретических и практических знаний и практических умений по предметным областям дополнительной общеобразовательной программы в виде спорта. Соотнесение этого уровня с требованиями дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта. Контроль за выполнением дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта.

Промежуточная аттестация включает в себя оценивание результатов обучающихся при помощи выполнения тестовых упражнений на всех этапах обучения по дополнительным общеобразовательным программам в видах спорта. Контрольные нормативы (тестовые упражнения) разработаны с учетом Федеральных стандартов спортивной подготовки.

Годовая аттестация подразумевает обобщение результатов соревнований в течение года и контрольно-переводных испытаний. Проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке, выполнения нормативных требований дополнительных предпрофессиональных программ и программ спортивной подготовки в хоккее с шайбой и фигурному катанию на коньках через проведение приема тестовых нормативов с занесением в протокол. Выполнения условий для присвоения спортивных разрядов. В случае отъезда обучающихся до окончания учебного года, обучающийся имеет право пройти досрочную аттестацию на основании заявления родителей (законных представителей) и по согласованию с тренером-преподавателем. Обучающиеся, не

сдавшие по причине болезни переводные испытания, на основании решения педагогического совета при наличии медицинской справки могут сдать нормативы позднее. Обучающиеся, не освоившие образовательные программы по болезни или по другой уважительной причине, могут быть оставлены на повторный год обучения решением (тренерского) педагогического совета и с согласия родителей (законных представителей).

8. Соревнования. Освоение тренировочных и соревновательных нагрузок, выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов. Приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях в соответствии с утвержденным годовым календарным планом спортивно-массовых мероприятий.

9. Восстановительные мероприятия используются для восстановления работоспособности обучающихся МБУДО ДЮСШ по ЗВС, применения широкого круга средств и мероприятий педагогических, гигиенических и индивидуальных особенностей спортсмена.

10. Тренировочные сборы проводятся с целью:

- подготовки учащихся к участию в официальных спортивных соревнованиях;
- обеспечения спортивной подготовки в каникулярный период и активного отдыха (восстановления) обучающихся, проходящие спортивную подготовку по дополнительной предпрофессиональной программе;
- организации тренировочных сборов, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса.

Мероприятия	Продолжительность	Сроки проведения	Кол-во участников	Место проведения
Каникулярный период в условия образовательного учреждения.	14 дней	Январь	50% от общего состава группы	г. Белгород
Оздоровительные сборы в условиях оздоровительного лагеря.	от 14 до 21 дня	Июль, август	30-50% от общего состава группы	Белгородская территория
Программа участия во всероссийских тренировочных сборах	14 дней	Июнь	По вызову.	Российская Федерация.

11. Контрольные мероприятия. Перечень и сроки проведения контрольных мероприятий по дополнительной предпрофессиональной программе.

Контрольное мероприятие	Год освоения программы								
	Начальная подготовка			Тренировочная подготовка					ССМ
	1	2	3	1	2	3	4	5	
Контрольные испытания по физической подготовке (№ календарного месяца)	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4
Классификационные соревнования	По утвержденному календарному плану весь период								
Промежуточная аттестация по СФП и технико-тактической подготовке	Ноябрь - февраль								
Итоговая аттестация	Апрель-май								

• Сроки проведения контрольных мероприятий, включая сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации по дополнительным общеобразовательным программам могут быть изменены и скорректированы в отношении обучающихся,

осваивающие образовательную программу в сокращенные сроки, в соответствии с решением администрации МБУДО ДЮСШ по ЗВС.

12. Самостоятельная работа обучающихся. Организация посещений официальных соревнований. Участие учащихся в спортивных мероприятиях, показательных выступлениях. Индивидуальная работа по освоению комплексов физической подготовки.

13. Медицинское обследование. В задачи медицинского контроля входят: диагностики спортивной пригодности учащегося, оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи. Ежегодного прохождения обучающимися ДЮСШ по ЗВС углубленного медицинского обследования.

I. ХОККЕЙ с ШАЙБОЙ:

Основными задачами решения конкретных целей для каждого этапа обучения в «Хоккее с шайбой» являются:

- многолетний процесс, рассчитанный на 10 лет работы и пребывания учащихся в спортивной школе.

С целью обеспечения этапов многолетней подготовки используется система спортивного отбора, включающая в себя:

- постепенный переход от обучения к приемам игры и тактическим действиям к их совершенствованию на базе роста физических и психологических возможностей;
- планомерное прибавление вариативности выполнения приемов игры и широты взаимодействий с партнерами;
- переход от общеподготовительных средств к наиболее специализированным;
- выполнение учащимися контрольных и разрядных нормативов, программных требований;
- увеличение объемов тренировочных нагрузок;
- отбор перспективных хоккеистов для участия на соревнованиях различного уровня и пополнения составов сборной команды России.

Организация образовательного и тренировочного процесса предусматривает продолжительность обучения хоккеистов и делится на следующие этапы:

- этап начальной специализации (**НП**) до 3-х лет (1,2 и 3 год обучения) проводится с обучающимися в группах начальной подготовки;
- тренировочный этап подготовки содержит две отдельные составляющие:
 - тренировочный этап подготовки (**ТП**) до 2-х лет (1 и 2 год обучения) и углубленной специализации до 3 лет (3, 4 и 5 годы обучения) проводится в тренировочных группах;
 - этап совершенствования спортивного мастерства (**ССМ**) до 2 лет - (1 и 2 год обучения) проводится с учащимися в группах совершенствования спортивного мастерства.

Для совершенствования спортивного мастерства, перспективные хоккеисты передаются в молодежную хоккейную команду «Белгород», спортивные интернаты клубы, центры олимпийской подготовки, команды мастеров.

Этап начальной подготовки:

- укрепление здоровья; всестороннее физическое развитие;
- развитие быстроты, ловкости, координационных способностей, общей выносливости;
- обучение основам техники владения клюшкой;
- ознакомление с элементарными теоретическими сведениями о технике, тактике, правилах игры в хоккей.

- ознакомление с основами индивидуальной и групповой тактики игры в хоккей и в других спортивных играх;
- привитие навыков личной гигиены, режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни, основы спортивного питания;
- воспитание морально-этических и волевых качеств; профилактика вредных привычек и правонарушений;
- воспитание дисциплины, трудолюбия, коллективизма, жизненно необходимых качеств и черт характера;
- требования к оборудованию, спортивной экипировке, технике безопасности при занятиях хоккеем с шайбой.

Тренировочный этап подготовки 5 лет: базовой подготовки (1 и 2 год обучения):

- укрепление здоровья, повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному развитию;
- развитие скоростно-силовых качеств, ловкости, быстроты, координации, выносливости в хоккее с шайбой;
- освоение комплексов физических упражнений, совершенствование техники катания;
- обучение и совершенствование техники владения клюшкой;
- обучение основам техники выполнения силовых приемов;
- овладение основами индивидуальной и командной тактики;
- определение игровых наклонностей;
- участие в соревнованиях различного уровня;
- воспитание простейших теоретических сведений по теории и методике хоккея;
- воспитание морально-этических и волевых качеств; профилактика вредных привычек и правонарушений;
- воспитание дисциплины, трудолюбия, коллективизма жизненно необходимых качеств и черт характера.

Тренировочный этап подготовки (3 года): углубленной специализации (3, 4, 5 год обучения):

- совершенствование основам техники и тактики; хоккея;
- развитие скоростно-силовых качеств и специальных психологических качеств хоккеистов и специальной выносливости;
- определение игрового амплуа среди хоккеистов, повышение индивидуального игрового мастерства;
- совершенствование техники владения клюшкой и выполнения силовых приемов игры;
- обучение способам повышения плотности технико-тактических действий хоккеистов в обусловленных интервалах игры;
- освоение скоростной техники в условиях силового противоборства с соперником;
- совершенствование индивидуальной, групповой и командной тактики игры в хоккее с шайбой;
- освоение тренировочных и соревновательных нагрузок, приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;
- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по хоккею с шайбой;
- участие в соревнованиях по хоккею различного уровня и выполнение разрядного норматива;
- ознакомление с основными положениями методики тренировки хоккеистов;

- овладение инструкторскими и судейскими навыками;
- совершенствование навыков самостоятельной подготовки;
- воспитание морально-этических и волевых качеств; профилактика вредных привычек и правонарушений;
- воспитание дисциплины, трудолюбия, коллективизма, жизненно необходимых качеств.

Этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ) (2 года обучения)

- совершенствование атлетической подготовленности с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств и специальной выносливости;
- приобретение соревновательного опыта, игры с высококвалифицированными хоккеистами;
- совершенствование индивидуальной манеры игры, основанной на высоком уровне технико-тактической и специальной физической подготовленности;
- выполнение классификационных требований первого юношеского разряда;
- овладение знаниями и навыками в объеме, позволяющем выполнить требования, предъявляемые к инструктору-общественнику, овладение навыками судейства в объеме судьи по спорту;
- совершенствование теоретических знаний, особенно, в вопросах тактики игры, методики спортивной тренировки, организации и проведении соревнований по хоккею;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- профилактика вредных привычек и правонарушений.

Перечень разделов содержания учебного плана по программам подготовки хоккея с шайбой на 2018-2019 учебный год состоит из:

- Теоретическая подготовка;
- Общая физическая подготовка;
- Специальная физическая подготовка;
- Техническая подготовка;
- Тактическая подготовка;
- Учебные и тренировочные игры;
- Контрольные и переводные испытания;
- Контрольные игры и соревнования;
- Инструкторская и судейская практика;
- Восстановительные мероприятия.

**Расчет часов обучения
по предпрофессиональной программе
отделения хоккея с шайбой
на 2018-2019 учебный год:**

Этап обучения	Начальная подготовка			Тренировочный этап подготовки					Совер. спорт. мастерства		Всего
	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	
Год обучения	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	
Количество часов в неделю	6	7	7	9	9	12	12	12	12		89
Количество часов в неделю по этапам	6	21	14	18	36	36	24	36	12		203
Итого	41			150					12		
Количество часов на группу	312	364	364	468	468	624	624	624	728		4576
В том числе самостоят. работа 6 нед.	36	42	42	54	54	72	72	72	84		612
Количество часов в год	312	1092	728	936	1872	1872	1248	1872	728		10660
Итого	312	1092	728	936	1872	1872	1248	1872	728		
Итого по этапам	2132			7800					728		10660
Количество групп	1	3	2	2	4	3	2	3	1		21
Кол-во учащихся	20	56	40	33	57	41	29	33	9		318

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН «ХОККЕЯ С ШАЙБОЙ»
по этапам подготовки на (52 недели)**

№	Разделы, темы	НП-1	НП-2	НП-3	ТГ-1	ТГ-2	ТГ-3	ТГ-4	ТГ-5	СС-1	СС-2
	Часы в неделю для групп:	6	7	7	9	9	12	12	12	14	14
1.	Физическая культура и спорт	1	1	1	1	2	2	1	1	1	
	История развития хоккея	1	1	2		1	1	2	3	1	1
	Сведения о строении и функциях организма человека, гигиена, спортивное питание	1	1	2	2	2	3	3	3		
	Основы спортивной подготовки		1	1	2	2	3	4	3	1	1
	Правила игры в хоккей	1	1	1	3	3	3	3	2	2	1
	Самоконтроль и предупреждение травм, требования к инвентарю, экипировке, безопасности		1	1	4	2	2	3	2	1	1
Теория всего часов:		4	6	8	10	10	12	14	14	6	4
2.	Общая физическая подготовка	94	118	116	98	98	120	120	120	126	118
3.	Специальная физическая подготовка	53	66	66	84	84	118	118	118	140	128
4.	Техническая подготовка	78	86	86	110	110	136	136	136	136	138
5.	Тактическая подготовка	45	46	46	72	72	98	98	98	118	132
6.	Учебные и тренировочные игры	26	28	28	64	64	94	96	94	122	134
7.	Контрольные и переводные испытания	4	4	4	6	6	6	6	6	6	6
8.	Контрольные игры и соревнования	8	10	10	14	14	20	20	20	60	60
9.	Инструкторская и судейская практика	-			4	4	6	6	6	8	4
10.	Восстановительные мероприятия, тренировочные сборы	-	-	-	6	6	14	14	14	6	4
11.	Самостоятельная, индивидуальная работа на 6 недель в том числе.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Практика всего часов:		308	358	356	458	458	612	614	612	722	724
ИТОГО:		312	364	364	468	468	624	624	624	728	728

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп этапа начальной подготовки
I - го года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	94	9	9	7	7	8	7	9	7	8	7	7	9
Специальная физическая подготовка	53	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5
Техническая	78	7	7	6	6	7	6	7	6	7	6	6	7
Тактическая	45	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4
Игровая	26	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2
Соревновательная подготовка (игры)	8				1	1	1	1	1	1	1		1
Контрольные испытания	4				1				1		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	308	27	27	23	24	27	24	29	24	28	25	22	28
Теоретическая	4	1		1		1			1				
Восстановительные мероприятия													
Инструкторская и судейская практика													
Самостоятельная работа на 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	312	28	27	24	24	28	24	29	25	28	25	22	28

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп этапа начальной подготовки II года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	118	10	10	10	10	10	10	10	10	10	9	9	10
Специальная физическая подготовка	66	6	6	5	5	6	5	6	5	6	5	5	6
Техническая	86	8	8	6	6	8	6	8	6	8	7	7	8
Тактическая	46	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4
Игровая	28	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3
Соревновательная (игры)	10	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1	
Контрольные испытания	4					1			1		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	358	31	31	26	28	33	28	32	29	32	30	27	31
Теоретическая	6			1	1	1		1	1		1		
Восстановительные мероприятия	-												
Инструкторская и судейская практика	-												
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО	364	31	31	27	29	34	28	33	30	32	31	27	31

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп этапа начальной подготовки III года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	116	11	11	8	8	11	8	11	8	11	10	8	11
Специальная физическая подготовка	66	6	6	5	5	6	5	6	5	6	5	5	6
Техническая	86	8	8	6	6	8	6	8	6	8	8	6	8
Тактическая	46	5	5	3	3	5	3	5	3	5	3	3	3
Игровая	28	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2
Соревновательная подготовка (игры)	10		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Контрольные испытания	4					1			1		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	356	32	33	25	25	35	25	34	26	34	32	25	30
Теоретическая	8		1	1	1		1	1	1	1		1	
Восстановительные мероприятия	-												
Инструкторская и судейская практика	-												
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	364	32	34	26	26	35	26	35	27	35	32	26	30

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп тренировочного этапа подготовки I года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	98	9	9	8	8	9	7	9	7	9	7	7	9
Специальная физическая подготовка	84	8	8	6	6	8	6	8	6	8	6	6	8
Техническая	110	10	10	8	8	10	9	10	9	10	8	8	10
Тактическая	72	7	7	5	5	7	5	7	5	7	5	5	7
Игровая	64	6	6	5	5	6	5	6	4	6	5	4	6
Соревновательная подготовка (игры)	14					2	2	2	2	2	2	2	
Контрольные испытания	6					2			2		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	448	40	40	32	32	44	34	42	35	42	35	32	40
Теоретическая	10		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Восстановительные мероприятия	6					2		2		2			
Инструкторская и судейская практика	4					1	1	1	1				
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	468	40	41	33	33	48	36	46	37	45	36	33	40

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп тренировочного этапа подготовки II года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	98	9	9	8	8	9	7	9	7	9	7	7	9
Специальная физическая подготовка	84	8	8	6	6	8	6	8	6	8	6	6	8
Техническая	110	11	11	8	8	11	8	11	6	11	8	6	11
Тактическая	72	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Игровая	64	6	6	4	4	6	6	6	4	6	6	4	6
Соревновательная подготовка (игры)	14					2	2	2	2	2	2	2	
Контрольные испытания	6					2			2		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	448	40	40	32	32	44	35	42	33	42	37	31	40
Теоретическая	10		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Восстановительные мероприятия	6		2			2				2			
Инструкторская и судейская практика	4						1	1	1	1			
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	468	40	43	33	33	47	37	44	35	46	38	32	40

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп тренировочного этапа подготовки III года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	120	14	14	6	6	14	6	14	6	14	6	6	14
Специальная физическая подготовка	118	14	14	5	5	14	6	14	6	14	6	6	14
Техническая	136	16	16	7	7	16	7	16	7	16	16	16	16
Тактическая	98	9	9	7	7	9	8	9	8	9	7	7	9
Игровая	94	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Соревновательная подготовка (игры)	20	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
Контрольные испытания	6					2			2		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	592	61	61	34	35	65	37	63	39	63	37	35	62
Теоретическая	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
Восстановительные мероприятия	14	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	
Инструкторская и судейская практика	6				1	1	1		1	1	1		
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	624	63	63	36	38	68	40	65	42	67	41	39	62

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп тренировочного этапа подготовки IV года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	120	14	14	6	6	14	6	14	6	14	6	6	14
Специальная физическая подготовка	118	14	14	5	5	14	6	14	6	14	6	6	14
Техническая	136	16	16	7	7	16	7	16	7	16	6	6	16
Тактическая	98	9	9	7	7	9	8	9	8	9	7	7	9
Игровая	96	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Соревновательная подготовка (игры)	20	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
Контрольные испытания	6					2			2		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	594	62	62	34	35	65	37	63	39	63	37	35	62
Теоретическая	10		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Восстановительные мероприятия	14	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	
Инструкторская и судейская практика	6			1		1			1	1	1	1	
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	624	63	64	38	37	68	40	65	42	67	40	38	62

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп тренировочного этапа подготовки V года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	120	14	14	6	6	14	6	14	6	14	6	6	14
Специальная физическая подготовка	118	14	14	5	5	14	6	14	6	14	6	6	14
Техническая	136	16	16	7	7	16	7	16	7	16	6	6	16
Тактическая	98	9	9	7	7	9	8	9	8	9	7	7	9
Игровая	94	7	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Соревновательная подготовка (игры)	20	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1
Контрольные испытания	6					2			2		2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	592	61	61	34	35	65	37	63	39	63	37	35	62
Теоретическая	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
Восстановительные мероприятия	14	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	
Инструкторская и судейская практика	6					1	1	1	1	1	1		
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	624	63	63	36	37	68	40	66	42	67	41	39	62

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп этапа совершенствования спортивного мастерства I года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	126	14	14	7	7	14	7	14	7	14	7	7	14
Специальная физическая подготовка	140	14	14	7	7	14	14	14	14	14	7	7	14
Техническая	136	16	16	7	7	16	7	16	6	16	7	6	16
Тактическая	118	14	14	6	6	14	6	14	5	14	6	5	14
Игровая	122	6	6	8	14	14	14	14	8	14	14	5	5
Соревновательная (игры)	60	5	5	5	6	6	6	6	6	5	5	5	
Контрольные испытания	6					2		2			2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	708	69	69	40	46	79	53	77	47	77	48	35	68
Теоретическая	6				1	1	1	1	1	1			
Восстановительные мероприятия	6			1	1	1	1	1	1				
Инструкторская и судейская практика	8			1	1	1	1	1	1	1		1	
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО	728	69	69	42	49	82	56	80	50	79	48	36	68

**План-график
распределения программного материала в годичном цикле
для групп этапа совершенствования спортивного мастерства II года обучения (час)**

Виды подготовки	Кол-во часов	Июль	Август	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь
Общая физическая подготовка	118	14	14	6	6	14	6	14	6	14	14	5	5
Специальная физическая подготовка	128	14	14	8	8	14	7	14	7	14	14	7	7
Техническая	138	16	16	7	7	16	7	16	7	16	16	7	7
Тактическая	132	16	16	6	6	16	16	16	6	16	6	6	6
Игровая	134	16	16	7	7	16	16	16	6	16	6	6	6
Соревновательная подготовка (игры)	60	5	5	5	6	6	6	6	6	5	5	5	
Контрольные испытания	6					2		2			2		
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	716	81	81	39	42	82	58	84	38	81	63	36	31
Теоретическая	4			1		1		1			1		
Восстановительные мероприятия	4		1		1		1		1				
Инструкторская и судейская практика	4		1		1			1		1			
Самостоятельная работа 6 недель в том числе		+	+										+
ВСЕГО:	728	81	83	40	44	83	59	86	39	82	64	36	31

**Всего учебных групп,
учащихся и часов на отделении хоккея с шайбой**

МБУДО ДЮСШ по ЗВС на 2018-2019 учебный год:

Вид спорта	Количество групп	Количество учащихся	Количество часов в год
Хоккей с шайбой	21	318	10660

II. ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ:

Основные задачи решения конкретных целей для этапов обучения в виде спорта «Фигурное катание на коньках» являются:

- подготовка фигуристов-одиночников, которая рассчитана на 10 лет работы и пребывания обучающихся в спортивной школе.

С целью обеспечения этапов многолетней подготовки используется система спортивного отбора, включающая в себя:

- анализ физического развития и освоения учащимися двигательных навыков и умений;

- выполнение учащимися контрольных и разрядных нормативов, программных требований;

- отбор перспективных фигуристов для участия на соревнованиях различного уровня и пополнения составов сборной команды России.

Организация образовательного и тренировочного процесса предусматривает продолжительность обучения фигуристов-одиночников и делится на следующие этапы:

- *этап начальной специализации (НП)* до 3-х лет (1,2 и 3 год обучения) проводится с учащимися в группах *начальной подготовки*;

- *тренировочный этап содержит две отдельные составляющие: - этап базовой подготовки (ТП) до 2-лет (1 и 2 год обучения) и этап углубленной специализации до 3 лет (3, 4 и 5 годы обучения) проводится с обучающимися в тренировочных группах;*

- *этап совершенствования спортивного мастерства (ССМ)* до 2 лет (1 и 2 год обучения) проводится с учащимися в группах совершенствования спортивного мастерства.

Передача учащихся в центры олимпийской подготовки, центры высшего спортивного мастерства.

Этап начальной подготовки (НП) (1,2,3 год обучения):

- укрепление здоровья и улучшение физического развития учащихся;

- содействие эстетическому воспитанию учащихся;

- овладение школой движений в фигурном катании;

- формирование двигательных навыков и умений, создающих предпосылки для овладения сложной техникой фигурного катания;

- развитие основных физических качеств, необходимых фигуристу;

- выявление перспективных учащихся для последующего совершенствования их спортивного мастерства в тренировочных группах; отбор и комплектование учебных групп;

- выполнение требований по общей и специальной физической подготовке соответствующей возрастной группы;

- получение теоретических сведений о врачебном контроле, гигиеническом обеспечении тренировочного процесса.

Тренировочный этап подготовки (ТП): (1, 2 год обучения) базовая подготовка:

- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному развитию;

- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их сочетание применительно к специфике в сложно-координационных видах спорта;

- освоение комплексов физических упражнений, совершенствование координации движений, мышечных ощущений, восприятие пространства и времени, способности к самоуправлению движениями;

- выполнение нормативных требований по физической и специальной подготовке соответствующей возрастной группы;

- привитие устойчивого интереса к занятиям фигурным катанием;

- приобретение опыта участия в соревнованиях;

- приобретение навыков в организации и проведении соревнований;

Углубленной спортивной специализации (3, 4 и 5 год обучения)

- совершенствование физической, специальной и спортивно-технической подготовки;

- повышение уровня специальной физической и функциональной подготовленности фигуристов-одиночников;

- овладение основами техники и тактики, совершенствование координации движений, восприятие пространства и времени, способности к самоуправлению движениями в фигурном катании на коньках;

- освоение соответствующим возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся, тренировочных и соревновательных нагрузок;

- укрепление здоровья учащихся;

- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов по фигурному катанию на коньках;

- воспитание умения готовиться и участвовать в соревнованиях;

- развитие специальных физических (двигательных) и психологических качеств, профилактика вредных привычек и правонарушений;

- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях, навыков судейства.

- совершенствование хореографической подготовки, знание профессиональной терминологии;

- умение определять средства музыкальной выразительности, навыки музыкальности, пластичности, выразительности, артистичности, импровизации, навыки публичных выступлений;

- умение выполнять комплексы специальных хореографических или акробатических упражнений, способствующих развитию необходимых физических качеств в фигурном катании на коньках;

- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений.

Этап совершенствования спортивного мастерства (1 и 2 год обучения):

- повышение спортивного мастерства на основе совершенствования общей и специальной подготовленности до уровня требований сборных команд;

- совершенствование специальных физических качеств фигуристов;

- совершенствование соревновательных упражнений: короткой и произвольной программ одиночного катания;

- овладение базовой техникой более сложных элементов фигурного катания;

- освоение высоких тренировочных нагрузок и накопление опыта выступления в международных встречах;

- воспитание морально-этических и волевых качеств; профилактика вредных привычек и правонарушений.

**Перечень разделов содержания тем учебного плана
фигурное катание на коньках
на 2018-2019 учебный год состоит из:**

- Общая физическая подготовка;
- Специальная физическая подготовка;
- Хореографическая подготовка;
- Техническая подготовка;
- Участие в соревнованиях;
- Теоретическая подготовка;
- Инструкторская и судейская практика;
- Промежуточная аттестация, переводные нормативы;
- Контрольные соревнования;
- Восстановительные мероприятия.

**Годовой учебный план
по предпрофессиональной программе (52 недели)
фигурное катание на коньках
на 2018-2019 учебный год**

№ №	Разделы подготовки	Этапы подготовки						
		Начальный этап			Тренировочный этап		Совершенствов. спорт. мастерства	
					Баз.подг.	Углуб.спец.		
Год обучения	1	2	3	1-2	3-4-5	1	2	
1.	Общая физическая подготовка	35	73	75	77-121	126-168-186	204	219
2.	Специальная физическая подготовка	30	63	70	67-104	132-164-198	218	228
3.	Хореографическая подготовка	52	60	66	80-102	128-153-183	214	209
4.	Техническая подготовка (ледовая)	188	210	245	272-280	324-335-357	340	420
5.	Участие в соревнованиях	+	+	+	+	+	+	+
Итого практики		305	406	456	496-604	710-820-924	1016	1120
6.	Теоретическая, психологическая подготовка	3	6	8	20-16	14-8-8	20	22
Итого практики и теории		308	412	464	516-620	724-828-932	1036	1142
7.	Инструкторская и судейская практика				+	+	+	+
8.	Переводные испытания (кол-во)	2	2	2	2-2	2-2-2	2	
9.	Контрольные соревнования (кол-во)	2	2	2	2-2	2-2-2	2	2
10.	Восстановительные мероприятия	+	+	+	+	+	+	+
	Самостоятельная работа 6 недель в том числе	+	+	+	+	+	+	+
Общее количество часов		312	416	468	520-624	728-832-936	1040	1144

**Расчет часов на 2018-2019 учебный год
фигурное катание на коньках (52 недели):**

Этап обучения	Начальная подготовка			Тренировочный этап подготовки					ССМ		Всего
	1	2	3	1	2	3	4	5	I	II	
Количество часов в неделю	6	8	9	10	12	14	16	18	20	22	135
Количество часов в неделю по этапам	12	16	36	10	36	14	16	18	20	44	153
	64			94					64		222
Количество часов на группу	312	416	468	520	624	728	832	936	1040	1144	5198
Количество часов на год	624	832	1872	520	1872	728	832	936	1040	2288	11544
ВСЕГО:	3328			4888					3328		
<i>Хореография 111 часов</i>	1664			2444					1664		5772
ИТОГО:	4992			7332					4992		17316
Количество групп	2	2	4	1	3	1	1	1	1	2	18
Количество учащихся	37	27	55	10	33	8	12	9	4	9	204

**План-график
распределения учебных часов
в группах тапа начальной подготовки 1 года обучения**

	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01.	02	03	04	05	06	07	08	
Количество тренировочных дней	12	14	13	13	13	12	13	13	14	12	14	13	156
Количество тренировочных занятий	12	14	16	13	16	12	16	13	14	12	18	18	174
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	2	2	3	2	3	2	4	2	2	3	4	6	35
Специальная физическая подготовка (СФП)	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	4	3	30
Хореографическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	6	6	52
Техническая (ледовая) подготовка	14	16	20	18	18	18	20	18	14	8	8	16	188
Участие в соревнованиях	-	+	-	+	-	-	+	-	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	22	24	30	26	28	26	30	26	22	-	22	31	270
Теоретическая	1	-	-	-	1	-	-	-	1	-	-	-	3
Всего практика и теория	23	24	30	26	29	26	30	26	23	18	22	31	312

Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	1
Контрольные нормативы		-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	+	-	-	-	-		-	+	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	23	24	31	26	29	27	30	28	23	18	22	31	312

**План - график распределения учебных часов
в группах этапа начальной подготовки II года обучения**

	Месяцы												Всего за год
	09	10.	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
Количество тренировочных дней	17	18	17	18	16	16	18	17	18	17	18	17	207
Количество тренировочных занятий	17	18	21	18	20	16	22	17	18	17	22	21	227
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	6	5	5	5	4	5	5	4	5	8	10	11	73
Специальная физическая подготовка (СФП)	5	5	6	5	6	5	5	5	5	5	5	6	63
Хореографическая подготовка	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	6	60
Техническая (ледовая) подготовка	19	19	19	19	19	19	19	19	19	10	10	19	210
Участие в соревнованиях	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	35	33	35	34	34	34	34	33	34	27	30	42	406
Теоретическая	1	-	1	-	1	-	1	1	1	-	-	-	6
Всего практика и теория	36	34	36	34	35	34	35	34	35	27	30	42	412
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2		-	-	-	2
Контрольные нормативы		-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	36	34	37	34	35	35	35	36	35	27	30	42	416

**План - график распределения учебных часов
в группах этапа начальной подготовки III года обучения**

	Месяцы												Всего за год
	09	10	11.	12.	01	02.	03	04	05	06	07	08	
Количество тренировочных дней	17	18	17	18	16	16	18	17	18	17	18	17	207
Количество тренировочных занятий	17	18	21	18	20	16	22	17	18	17	22	21	227
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	5	4	5	4	5	5	6	6	7	7	11	10	75
Специальная физическая подготовка (СФП)	5	5	5	5	5	6	6	7	8	6	6	6	70
Хореографическая подготовка	6	6	6	5	5	6	6	6	6	4	4	6	66
Техническая (ледовая) подготовка	22	22	22	21	21	23	24	22	22	12	12	22	245
Участие в соревнованиях	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	38	37	38	35	36	40	42	41	43	29	33	44	456
Теоретическая	1	1	-	1	1	1	-	-	1	-	1	1	8
Всего практика и теория	38	38	38	36	37	41	42	41	44	29	34	45	464
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	2
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	39	38	39	36	37	42	42	43	44	29	34	45	468

**План - график распределения учебных часов
в группах тренировочного этапа подготовки 1 года обучения**

Периоды	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
Этапы	Подготовительный						Соревновательный			Переходный			
	базовый		специализированный				Проверки способностей			Актив. отдыха	базовый		
Количество тренировочных дней	21	22	22	22	22	20	21	21	22	21	22	22	254
Количество тренировочных занятий	21	22	26	22	26	20	26	21	22	21	26	26	279
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	7	6	6	5	4	4	4	5	5	7	12	12	77
Специальная физическая подготовка (СФП)	6	6	6	4	5	4	5	5	6	6	8	6	67

Хореографическая подготовка	7	6	8	6	6	6	6	6	6	8	8	7	80
Техническая (ледовая) подготовка	24	24	24	24	24	24	24	24	24	15	17	24	272
Участие в соревнованиях	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	43	42	40	38	35	36	38	39	40	-	43	45	439
Теоретическая	2	2	1	1	2	2	2	2	2	-	2	1	19
Всего практика и теория	45	44	41	39	37	38	40	41	42	-	45	46	458
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	2
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	+	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО:	46	44	46	40	41	41	41	44	43	37	47	50	520

**План-график распределения учебных часов
в группах тренировочного этапа подготовки II года обучения**

Периоды	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
Этапы	Подготовительный						Соревновательный			Переходный			
	базовый		специализированный				Проверки способностей			Активного отдыха	базовый		
Количество тренировочных дней	25	27	26	26	26	24	26	26	27	25	27	26	311
Количество тренировочных занятий	25	27	30	26	30	24	30	26	27	25	30	30	330
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	10	10	10	10	10	8	10	10	9	11	11	12	121
Специальная физическая подготовка (СФП)	9	9	9	8	9	8	8	8	8	8	8	9	101
Хореографическая подготовка	9	9	9	8	9	8	8	8	9	8	8	9	102
Техническая (ледовая) подготовка	26	26	26	26	25	26	26	26	26	11	12	24	280
Участие в соревнованиях	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	54	54	54	52	53	50	52	52	52	38	39	54	604
Теоретическая	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	16
Всего практика и теория	55	55	55	53	55	52	53	53	53	39	41	56	620
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+

Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2		-	-	-	2
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	+	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	55	55	56	53	55	53	53	55	53	39	41	56	624

**План - график распределения учебных часов
в группах тренировочного этапа III года обучения)**

Периоды	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
Этапы	Подготовительный						Соревновательный			Переходный			
	базовый		специализированный				Проверки способностей			Активного отдыха	базовый		
Количество тренировочных дней	25	27	26	26	26	24	26	26	27	25	27	26	311
Количество тренировочных занятий	25	27	30	26	30	24	30	26	27	25	30	30	330
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	11	11	9	9	9	9	9	9	9	13	13	15	126
Специальная физическая подготовка (СФП)	9	10	10	9	10	10	10	11	10	14	14	15	132
Хореографическая подготовка	12	12	9	9	9	10	10	10	11	10	13	13	128
Техническая (ледовая) подготовка	27	28	28	26	28	28	28	28	28	25	25	25	324
Участие в соревнованиях	+	+	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	59	61	56	53	56	57	57	58	58	62	65	68	710
Теоретическая	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	-	14
Всего практика и Теория	61	62	57	54	58	58	58	59	59	63	67	68	724
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	+	-	+
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2		-	-	-	2
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-		-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	61	62	58	54	58	59	58	61	59	63	67	68	728

**План-график распределения учебных часов
в группах тренировочного этапа IV года обучения**

Периоды	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
Этапы	Подготовительный						Соревновательный			Переходный			Всего за год
	базовый		специализированный				Проверки способностей			Активного отдыха	базовый		
Количество тренировочных дней	25	27	26	26	26	24	26	26	27	25	27	26	311
Количество тренировочных занятий	25	27	32	26	32	24	32	26	27	25	32	32	340
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	14	14	14	13	14	13	14	13	13	15	15	16	168
Специальная физическая подготовка (СФП)	13	13	14	13	14	13	14	13	13	14	14	16	164
Хореографическая подготовка	14	12	12	12	12	13	12	13	13	12	14	14	153
Техническая (ледовая) подготовка	29	29	28	28	29	28	30	29	29	23	23	30	335
Участие в соревнованиях	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	70	68	68	66	69	67	70	68	68	64	66	76	820
Теоретическая	1	-	2	1	-	2	-	-	1	-	-	1	8
Всего практика и теория	71	68	70	67	69	69	70	68	69	64	66	77	828
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2		-	-	-	2
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-		-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	+	-	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	71	68	71	67	69	70	70	70	69	64	66	77	832

**План - график распределения учебных часов
в группах тренировочного этапа V года обучения**

Периоды	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
Этапы	Подготовительный						Соревновательный			Переходный			Всего за год
	базовый		специализированный				Проверки способностей			Активного отдыха	базовый		
Количество тренировочных дней	25	27	26	26	26	24	26	26	27	25	27	26	311
Количество тренировочных занятий	25	27	32	26	32	24	32	26	27	25	32	32	340
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	16	16	16	14	14	16	15	15	15	16	16	17	186

Специальная физическая подготовка (СФП)	16	17	17	16	16	16	18	16	16	16	16	18	198
Хореографическая подготовка	16	15	15	15	15	15	15	15	16	12	16	18	183
Техническая (ледовая) подготовка	32	32	33	32	33	32	33	32	32	17	17	32	357
Участие в соревнованиях	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	80	80	81	77	78	79	81	78	79	61	65	85	924
Теоретическая	2	1	1	1	-	-	-	1	1	-	1	-	8
Всего практика и теория	82	81	82	78	78	79	81	79	80	61	66	85	932
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2		-	-	-	2
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	+	-	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	82	81	83	78	78	80	81	81	80	61	66	85	936

План - график распределения учебных часов в группах совершенствования спортивного мастерства 1 года обучения

периоды	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
этапы	Подготовительный						Соревновательный			Переходный			
	базовый		специализированный				Проверки способностей			Актив отдых	базовый		
Количество тренировочных дней	25	27	26	26	26	24	26	26	27	25	27	26	311
Количество тренировочных занятий	50	54	52	52	54	48	54	52	52	50	54	52	676
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	16	16	18	16	18	16	18	16	16	18	18	18	202
Специальная физическая подготовка (СФП)	18	18	20	18	20	16	20	18	18	20	20	20	226
Хореографическая подготовка	18	18	20	18	20	18	20	18	18	20	20	20	228
Техническая (ледовая) подготовка	28	30	32	28	32	28	32	28	28	32	32	32	362
Участие в соревнованиях	+	+	-	+	+	+	+	-	-	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	80	82	90	80	90	78	90	80	80	90	90	90	1018
Теоретическая	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	18
Всего практика и теория	82	84	92	81	91	79	91	81	82	91	92	92	1036

Инструкторская и судейская практика	+	-	-	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+
Участие в соревнованиях	+	+	-	-	-	+	+	-	-	-	-	+	+
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	-	2
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	82	84	93	81	91	80	91	83	82	91	92	92	1040

План - график распределения учебных часов в группах совершенствования спортивного мастерства II года обучения

периоды	Месяцы												Всего за год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08	
этапы	Подготовительный						Соревновательный			Переходный			
	базовый		специализированный				Проверки способностей			Активного отдыха	базовый		
Количество тренировочных дней	25	27	26	26	26	24	26	26	27	25	27	26	311
Количество тренировочных занятий	50	54	52	52	54	48	54	52	52	50	54	52	676
Объем по видам подготовки в часах													
Общая физическая подготовка (ОФП)	16	16	22	16	22	16	22	16	16	22	22	22	228
Специальная физическая подготовка (СФП)	16	16	24	16	24	16	24	16	16	24	24	24	240
Хореографическая подготовка	14	14	20	14	20	14	20	14	14	20	20	20	204
Техническая (ледовая) подготовка	32	32	42	34	42	34	42	32	34	42	42	42	450
Участие в соревнованиях	+	+	-	+	+	+	+	-	-	-	-	-	+
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки	78	78	108	80	108	80	108	78	80	108	108	108	1122
Теоретическая	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	20
Всего практика и теория	79	80	110	81	109	82	110	80	82	109	110	110	1142
Инструкторская и судейская практика	+	-	-	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+
Участие в соревнованиях	+	+	-	-	-	+	+	-	-	-	-	+	+
Переводные испытания	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Контрольные нормативы	-	-	1	-	-	1	-	-	-	-	-	-	2
Восстановительные мероприятия	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Самостоятельная работа 6 недель в том числе										+	+	+	
ВСЕГО	79	80	111	81	109	83	110	80	82	109	110	110	1144

1.Количество учебных групп по отделениям на 2018-2019 учебный год:

Вид спорта	Этап обучения										Всего групп
	Начальная подготовка			Тренировочный этап подготовки					Этап ССМ		
Год обучения	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	
Фигурное катание на коньках	2	2	4	1	3	1	1	1	1	2	18
Хоккей с шайбой	1	3	2	2	4	3	2	3	1		
Всего групп:	3	5	6	3	7	4	3	4	2	2	39
Итого:	14			21					4		39

II. Количество обучающихся в МБУДО ДЮСШ по ЗВС по видам спорта:

Вид спорта	Начальная подготовка			Тренировочный этап подготовки					Этап ССМ		Всего учащихся
	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	
Фигурное катание на коньках	37	27	55	10	33	8	12	9	4	9	204
Хоккей с шайбой	20	56	40	33	57	41	29	33	9		
ВСЕГО:	57	83	95	43	90	49	41	41	13	9	522

III. Количество часов

в группах и по этапам подготовки на отделениях по видам спорта на 2018-2019 учебный год:

Отделение по спорту	Начальная подготовка			Тренировочный этап подготовки					Этап ССМ		Всего часов
	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	
Хоккей с шайбой	6	7	7	9	9	12	12	12	14		88
	20			54					14		
Всего хоккей с шайбой:	6	21	14	18	36	36	24	36	14		205
	41			150					14		
Фигурное катание на коньках	6	8	9	10	12	14	16	18	20	22	116
	23			70					44		
Всего:	12	16	36	10	36	14	16	18	20	44	222
	64			94					64		
Хореография	6	8	18	5	18	7	8	9	10	22	111
	32			47					32		
Всего: фигурное катание	18	24	54	15	54	21	24	27	30	66	333
	96			141					96		
Итого по отделениям и этапам подготовки:	24	45	68	33	90	57	48	51	44	80	538
	137			291					110		

**IV. Всего учебных групп, количество обучающихся
и часов в видах спорта МБУДО ДЮСШ по ЗВС
на 2018-2019 учебный год:**

Отделения по видам спорта	Количество учебных групп	Количество обучающихся	Количество часов в год
Хоккей с шайбой	21	318	10660
Фигурное катание на коньках	18	204	17316
ИТОГО:	39	522	27976

Перечень информационного обеспечения

Наименование	Название программы	Тип программы
Х О К К Е Й С Ш А Й Б О Й	Примерная программа спортивной подготовки «Хоккей» для ДЮСШ и СДЮШОР, Москва, 2006 г.	Типовая
	Подготовка хоккеистов в ДЮСШ и СДЮСШОР, Санкт-Петербургский государственный университет физической культуры им. П.Ф. Лесгафта, 2008 г., Ишматов Р.Г., Шилов В.В.	Авторская
	Физическая подготовка хоккеистов высокой квалификации. СПб, 2008 г., Михно Л.В.	Авторская
	Хоккей. Книга-тренер. Москва. Эксмо, 2011 г., Усольцева О.	Авторская
	Медико-биологические и педагогические основы адаптации, спортивной деятельности и здорового образа жизни. Сборник научных статей II Всероссийской заочной научно-практической конференции с международным участием. ВГИФК, г. Воронеж. 2013 г.	Сборник научных статей.
	Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей с шайбой». Приказ Минспорта РФ № 149 от 27.03.2013 г.	Типовая
	Дополнительная предпрофессиональная программа и программа спортивной подготовки «Хоккей с шайбой». МБУДО ДЮСШ по ЗВС г. Белгород, 2015, 2016, 2018 г	Дополнительная предпрофессиональная программа «Хоккей с шайбой».
Ф И Г У Р Н О Е К А Т А Н И Е Н А К О Н Ь К А Х	Средства и методы подготовки в фигурном катании на коньках. Санкт-Петербургская государственная академия физической культуры им. П.Ф. Лесгафта. Санкт-Петербург, 2002 г. Сборник научных трудов. Апарин В.А.	Сборник научных трудов
	Программа «Фигурное катание для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва». Советский спорт, М., 2006 г., Абсалямова И.В.	Типовая
	Организационно-методические материалы спортивного сезона 2013-2014 г.г., Ростелеком. г. Москва, 2013 г.	Методические материалы
	Лингвистический справочник-помощник для фигуристов за рубежом. г. Белгород, 2013 г., Малахова Е.В.	Лингвистический справочник-помощник для фигуристов за рубежом.
	Сохранение, укрепление и формирование здоровья обучающихся в современном образовательном процессе: проблемы и перспективы. Материалы межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. ОГАОУ ДПО БелИРО, г. Белгород, 2013 г.	Материалы межрегиональной научно-практической конференции
	Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках». Приказ Минспорта РФ № 38 от 19.01.2018 г.	Типовая
	Дополнительная предпрофессиональная программа и программа спортивной подготовки «Фигурное катание на коньках». ДЮСШ по ЗВС г. Белгород, 2015, 2016 г., 2018 г.	Дополнительная предпрофессиональная программа «Фигурное катание на коньках», 2018 г.