

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ДО ДЮСШ  
по ТВС

М. Г. Кудряшов  
Приказ от 31.08.2018 г. № 52-О



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**дополнительной общеразвивающей программы**  
**по мотоциклетному спорту**  
**на 2018-2019 учебный год**

Муниципального бюджетного образовательного учреждения  
дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы  
по техническим видам спорта

г. Екатеринбург  
2018 год

**Пояснительная записка к учебному плану  
дополнительной общеразвивающей программы  
по мотоциклетному спорту на 2018-2019 учебный год  
(нормативный срок освоения – 1 год)**

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы по мотоциклетному спорту составлен в соответствии с:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Постановлением Главного государственного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологических требованиях к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

Уставом МБОУ ДО ДЮСШ по ТВС;  
дополнительной общеразвивающей программой по мотоциклетному спорту.

Учебный план определяет максимальный объем тренировочной нагрузки обучающихся.

Учебный план обеспечивает:

права обучающихся на получение качественного образования;  
оптимальную нагрузку обучающихся.

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана определено в его структуре.

**Режим функционирования.**

1. Организация образовательного процесса регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 42 недели, из них нерабочих праздничных - 16 дней. Продолжительность каникул составляет 9 недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия - 45 минут.

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по мотоциклетному спорту в каникулярный период обеспечивается пребыванием в физкультурно-спортивных или

спортивно-оздоровительных лагерях, участием обучающихся в тренировочных сборах, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Основными формами организации тренировочного процесса являются: тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и гендерных особенностей занимающихся;

индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;

самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам;

тренировочные сборы;

медико-восстановительные мероприятия.

### Учебный план

Предметная область	Объем реализации (академический час)
<b>I. Теория и методика физической культуры и спорта</b>	<b>10</b>
1. Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе	1
2. Краткий обзор состояния и развития мотоциклетного спорта	2
3. Гигиенические знания, умения и навыки	1
4. Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни	2
5. Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке	2
6. Требования техники безопасности при занятиях мотоциклетным спортом	2
<b>II. Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>110</b>
1. Общая физическая подготовка	80
2. Специальная физическая подготовка	30
<b>III. Мотоциклетный спорт</b>	<b>44</b>
1. Основы техники движения спортивного мотоцикла	10
2. Особенности тактики в мотокроссе	4
3. Учебное вождение	30
<b>IV. Специальные навыки</b>	<b>38</b>
1. Правила дорожного движения	20
2. Основы безопасности движения	6
3. Психологическая подготовка	6
4. Формирование навыков сохранения собственной физической формы, в т.ч. медико-восстановительные мероприятия	6
<b>V. Спортивное и специальное оборудование</b>	<b>34</b>
1. Устройство спортивного и специального оборудования	19
2. Навыки содержания и ремонта спортивного и специального оборудования	15
<b>VI. Контрольные нормативы</b>	<b>4</b>
<b>Итого</b>	<b>240</b>