

"Утверждаю"
Директор МБДОУ ДО «ДЮСШ»
Назаровского района
Байкер Д. А.



**Учебный план по общеразвивающей программе
по виду спорта «Баскетбол»
на 2021 – 2022 учебный год**

№	Предметная область, раздел спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки	
		Спортивно-оздоровительный этап (СОГ)	
		%	часы (4 ч. в неделю)
1	Теоретическая и психологическая подготовка	3	4
2	Общая физическая подготовка	17	25
3	Специальная физическая подготовка	18	26
4	Избранный вид спорта: - техника, тактика - соревнования - судейская практика*	60	86
5	Контрольные испытания, в рамках текущего контроля	2	3
	ИТОГО:	100%	144

*Судейская практика для детей с 16 лет.



**Учебный план по общеразвивающей программе
по виду спорта «Вольная борьба»
на 2021 – 2022 учебный год**

№	Предметная область, раздел спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки	
		Спортивно-оздоровительный этап (СОГ)	
		%	часы (4 ч. в неделю)
1	Теоретическая и психологическая подготовка	5	7
2	Общая физическая подготовка	48	69
3	Специальная физическая подготовка	18	26
4	Технико-тактическая подготовка	25	36
5	Участие в соревнованиях (контрольных играх), инструкторская и судейская практика	2	3
6	Контрольные испытания, в рамках текущего контроля	2	3
	ИТОГО:	100%	144

*Судейская практика для детей с 16 лет.



**Учебный план по общеразвивающей программе
по виду спорта «Лыжные гонки»
на 2021 – 2022 учебный год**

№	Предметная область, раздел спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки	
		Спортивно-оздоровительный этап (СОГ)	
		%	часы (4 ч. в неделю)
1	Теоретическая и психологическая подготовка	5	7
2	Общая физическая подготовка	41	59
3	Специальная физическая подготовка	28	40
4	Технико-тактическая подготовка	16	24
5	Другие виды спорта и подвижные игры	7	10
5	Участие в соревнованиях (контрольных играх), инструкторская и судейская практика	1	1
6	Контрольные испытания, в рамках текущего контроля	2	3
	ИТОГО:	100%	144

*Судейская практика для детей с 16 лет.



**Учебный план по общеразвивающей программе
по виду спорта «Настольный теннис»
на 2021 – 2022 учебный год**

№	Предметная область, раздел спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки	
		Спортивно-оздоровительный этап (СОГ) (ознакомительный уровень)	
		%	часы (6 ч. в неделю)
1	Теоретическая и психологическая подготовка	4	6
2	Общая физическая подготовка	37	53
3	Специальная физическая подготовка	24	35
4	Технико - тактическая подготовка	22	32
5	Другие виды спорта и подвижные игры	7	10
6	Участие в соревнованиях (контрольных играх), инструкторская и судейская практика	3	4
7	Контрольные испытания, в рамках текущего контроля	3	4
	ИТОГО:	100%	144

*Судейская практика для детей с 16 лет.



**Учебный план по общеразвивающей программе
по виду спорта «Футбол»
на 2021 – 2022 учебный год**

№	Предметная область, раздел спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки	
		Спортивно-оздоровительный этап (СОГ) (ознакомительный уровень)	
		%	часы (4 ч. в неделю)
1	Теоретическая подготовка	3	4
	Общая физическая подготовка	17	25
2	Специальная физическая подготовка	7	10
	Техническая подготовка	50	72
3	Тактическая подготовка	10	15
4	Учебные и тренировочные игры	9	13
5	Соревновательная подготовка	3	4
6	Контрольные испытания, в рамках текущего контроля	1	1
	ИТОГО:	100%	144

*Судейская практика для детей с 16 лет.




**Учебный план по общеразвивающей программе
по виду спорта «Хоккей»
на 2021 – 2022 учебный год**

№	Предметная область, раздел спортивной подготовки	Этап спортивной подготовки	
		Спортивно-оздоровительный этап (СОГ)	
		%	часы (4 ч. в неделю)
1	Теоретическая и психологическая подготовка	6	9
2	Общая физическая подготовка	32	47
3	Специальная физическая подготовка	26	37
4	Технико-тактическая подготовка	26	37
5	Другие виды спорта и подвижные игры	7	10
5	Участие в соревнованиях (контрольных играх), инструкторская и судейская практика	1	1
6	Контрольные испытания, в рамках текущего контроля	2	3
	ИТОГО:	100%	144

*Судейская практика для детей с 16 лет.

Идентификатор документа 6c923965-630a-4259-81e2-d4bb91adb6ed

Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Подписи отправителя:	 МБОУ ДО "ДЮСШ", МБОУ ДО "ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА" Бляхер Дмитрий Анатольевич, Директор	Сертификат: серийный номер, период действия 02E885EB0042AD5C92431D1B31869A8693 с 09.06.2021 17:12 по 09.06.2022 16:47 GMT+03:00	Дата и время подписания 13.01.2022 12:28 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
----------------------	---	--	--