

Принято на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от 27.08.2019г.

Приложение № 1
к приказу №191 от 30.08.2019г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
Муниципального автономного учреждения дополнительного
образования Детско-юношеская спортивная школа № 2
Тюменского муниципального района
на 2019-2020 учебный год

Тюменский район, 2019

Пояснительная записка

Годовой план муниципального автономного учреждения дополнительного образования детско-юношеская спортивная школа № 2 Тюменского муниципального района, является нормативно-регулирующим документом, регламентирующим деятельность учреждения в области реализации образовательных программ, разработан на основе Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ, Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" от 04.12.2007 N 329-ФЗ, Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 15 ноября 2018г. №939, Постановления Главного государственного врача РФ от 04 июля 2014года №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Устава МАУ ДО ДЮСШ № 2 ТМР, Муниципального задания МАУ ДО ДЮСШ № 2 ТМР на 2019 год.

Предметом деятельности МАУ ДО ДЮСШ № 2 ТМР является: реализация образовательных программ дополнительного образования в сфере физической культуры и спорта (общеразвивающих, предпрофессиональных), а также удовлетворение потребности детей и взрослых в занятиях физической культурой и спортом, организация учебно-тренировочного процесса спортсменов, который осуществляется на основе современной методики тренировки с широким применением технических средств обучения, восстановительных мероприятий и строится на базе освоения спортсменами высоких тренировочных и соревновательных нагрузок и осуществляется согласно действующим нормативным документам.

Учебный план составлен с учетом неуклонного возрастания объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется, из года в год увеличивается удельный вес специальной физической подготовки, непрерывное совершенствование спортивной техники. На всех годах обучения осуществляется постоянный контроль над уровнем физической подготовленности и состоянием здоровья обучающихся. Установление количественных (и качественных) показателей позволяет определить уровень разносторонней и специальной подготовленности юных спортсменов в той мере, которая необходима для конкретного этапа подготовки, при этом учитываются индивидуальные особенности каждого обучающегося.

Учебный план учитывает интересы всех участников образовательного процесса; видовые особенности учреждения, определяющие содержание, направления, уровень, формы и результативность всей деятельности учреждения.

Учебный план МАУ ДО ДЮСШ № 2 ТМР

Содержание учебного плана отражает распределение учебного материала по предметным областям и годам обучения и отражает объемы нагрузок и всех остальных видов деятельности в часах.

Основными задачами реализации образовательных программ являются:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

В данном плане часы распределены на основные предметные области:

- Теоретические основы физической культуры и спорта;
- Общая физическая подготовка;
- Общая и специальная физическая подготовка;
- Вид спорта;
- Основы профессионального самоопределения;
- Судейская подготовка;
- Различные виды спорта и подвижные игры;
- Спортивное и специальное оборудование;
- Судейская подготовка.

Кроме того, учебный план предусматривает время, отведенное на самостоятельную работу и аттестацию обучающихся.

Учебный план включает в себя 2 этапа обучения:

Спортивно-оздоровительная подготовка (СО) предусматривает выполнение дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта. На этот этап принимаются все желающие заниматься физической культурой и спортом, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом, в том числе обучающиеся, не имеющие по каким-либо причинам возможности продолжить занятия на других этапах подготовки.

Задачами этапа являются:

- Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие на основе широкого применения общефизических упражнений.
- Формирование основ ведения соревновательных действий.
- Овладение основами приемов техники и тактики вида спорта.
- Игровая подготовка с элементами физических качеств.

Предпрофессиональная подготовка (ПП) предусматривает реализацию образовательных программ в области физической культуры и включает в себя два уровня сложности: базовый и углубленный.

Базовый уровень образовательной программы - длится до 6 лет и предусматривает изучение и освоение теоретических основ, развитие физических качеств (скорость, сила, выносливость и др.), освоение обязательных предметных областей базового уровня по виду спорта, приобретение и развитие специальных навыков, использование спортивного и специального оборудования. На данный этап подготовки принимаются лица, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний в установленном для вида спорта минимальном возрасте зачисления.

Задачами этапа являются:

1. Освоение и знание основных терминов, понятий и определений в области физической культуры и спорта в целом и по выбранному виду спорта в частности.
2. Формирование базовых специально-физических умений и навыков по виду спорта.
3. Овладение приемами техники и тактики вида спорта.
4. Умение ведения соревновательных поединков.

Углубленный уровень образовательной программы – длится 2 года и предусматривает изучение и освоение предметных областей углубленного уровня - теоретические основы физической культуры и спорта, совершенствование специальной физической подготовки и специальных навыков по виду спорта, основ профессионального самоопределения, судейской подготовки, профессиональное использование спортивного и специального оборудования. На углубленный уровень образовательной программы переводятся спортсмены, освоившие базовый уровень образовательной программы, при выполнении ими требований по общей и специальной физической подготовке и классификационных нормативов.

Задачи этапа:

1. Совершенствование базовых технико-тактических действий.
2. Формирование техники с учетом индивидуальных особенностей.
3. Формирование и совершенствование навыков ведения тактических соревновательных действий с различными соперниками;
4. Профессиональное самоопределение учащихся;
5. Знание и ведение основ судейской подготовки.

Учебный план составлен из расчета 42 учебных недель и представлен в следующих приложениях.

Учебный план отделения Баскетбола

на 42 недели для Базового уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Базового уровня					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год	3-год	4-год	5-год	6-год
	Количество часов в неделю							6	6	8	8	10	10
	Общий объём часов	2016	122	372	1638	30	6	252	252	336	336	420	420
1	Обязательные предметные области												
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	372		372				60	60	63	63	63	63
1.2	Общая физическая подготовка	562			562			70	70	96	96	115	115
1.3	Вид спорта	620			620			69	69	101	101	140	140
	1.3.1. Специально-физическая подготовка	162			162			16	16	30	30	35	35
	1.3.2. Техническая подготовка	248			248			33	33	36	36	55	55
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	52			52			8	8	8	8	10	10
	1.3.4. Техничко- тактическая подготовка	158			158			12	12	27	27	40	40
2	Вариативные предметные области												
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	210			210			26	26	33	33	46	46
2.2	Спортивное и специальное оборудование	94			94			5	5	17	17	25	25
3	Самостоятельная работа	122	122					16	16	20	20	25	25
4	Аттестация	36				30	6	6	6	6	6	6	6
4.1	Промежуточная аттестация	30				30		6	6	6	6	6	
4.2	Итоговая аттестация	6					6						6

Учебный план отделения Баскетбола

на 42 недели для Углубленного уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Углубленного уровня	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год
	Количество часов в неделю							12	12
	Общий объём часов	1008	66	126	804	6	6	504	504
1	Обязательные предметные области								
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	126		126				63	63
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	160			160			80	80
1.3	Вид спорта	300			300			150	150
	1.3.1. Специально-физическая подготовка								
	1.3.2. Техническая подготовка	100			100			50	50
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	20			20			10	10
	1.3.4. Техничко-тактическая подготовка	180			180			90	90
1.4	Основы профессионального самоопределения	120			120			60	60
2	Вариативные предметные области								
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	94			94			47	47
2.2	Спортивное и специальное оборудование	30			30			15	15
2.3	Судейская подготовка	100			100			50	50
3	Самостоятельная работа	66	66					33	33
4	Аттестация	12				6	6	6	6
4.1.	Промежуточная аттестация	6				6		6	
6.2	Итоговая аттестация	6					6		6

Учебный план отделения Волейбола

на 42 недели для Базового уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Базового уровня					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год	3-год	4-год	5-год	6-год
	Количество часов в неделю							6	6	8	8	10	10
	Общий объём часов	2016	122	372	1638	30	6	252	252	336	336	420	420
1	Обязательные предметные области												
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	372		372				60	60	63	63	63	63
1.2	Общая физическая подготовка	562			562			70	70	96	96	115	115
1.3	Вид спорта	620			620			69	69	101	101	140	140
	1.3.1. Специально-физическая подготовка	162			162			16	16	30	30	35	35
	1.3.2. Техническая подготовка	248			248			33	33	36	36	55	55
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	52			52			8	8	8	8	10	10
	1.3.4. Техничко- тактическая подготовка	158			158			12	12	27	27	40	40
2	Вариативные предметные области												
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	210			210			26	26	33	33	46	46
2.2	Спортивное и специальное оборудование	94			94			5	5	17	17	25	25
3	Самостоятельная работа	122	122					16	16	20	20	25	25
4	Аттестация	36				30	6	6	6	6	6	6	6
4.1	Промежуточная аттестация	30				30		6	6	6	6	6	
4.2	Итоговая аттестация	6					6						6

Учебный план отделения Волейбола

на 42 недели для Углубленного уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Углубленного уровня	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год
	Количество часов в неделю							12	12
	Общий объём часов	1008	66	126	804	6	6	504	504
1	Обязательные предметные области								
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	126		126				63	63
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	160			160			80	80
1.3	Вид спорта	300			300			150	150
	1.3.1. Специально-физическая подготовка								
	1.3.2. Техническая подготовка	100			100			50	50
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	20			20			10	10
	1.3.4. Техничко-тактическая подготовка	180			180			90	90
1.4	Основы профессионального самоопределения	120			120			60	60
2	Вариативные предметные области								
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	94			94			47	47
2.2	Спортивное и специальное оборудование	30			30			15	15
2.3	Судейская подготовка	100			100			50	50
3	Самостоятельная работа	66	66					33	33
4	Аттестация	12				6	6	6	6
4.1.	Промежуточная аттестация	6				6		6	
6.2	Итоговая аттестация	6					6		6

Учебный план отделения Футбола

на 42 недели для Базового уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Базового уровня					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год	3-год	4-год	5-год	6-год
	Количество часов в неделю							6	6	8	8	10	10
	Общий объём часов	2016	122	372	1638	30	6	252	252	336	336	420	420
1	Обязательные предметные области												
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	372		372				60	60	63	63	63	63
1.2	Общая физическая подготовка	562			562			70	70	96	96	115	115
1.3	Вид спорта	620			620			69	69	101	101	140	140
	1.3.1. Специально-физическая подготовка	162			162			16	16	30	30	35	35
	1.3.2. Техническая подготовка	248			248			33	33	36	36	55	55
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	52			52			8	8	8	8	10	10
	1.3.4. Техничко- тактическая подготовка	158			158			12	12	27	27	40	40
2	Вариативные предметные области												
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	210			210			26	26	33	33	46	46
2.2	Спортивное и специальное оборудование	94			94			5	5	17	17	25	25
3	Самостоятельная работа	122	122					16	16	20	20	25	25
4	Аттестация	36				30	6	6	6	6	6	6	6
4.1	Промежуточная аттестация	30				30		6	6	6	6	6	
4.2	Итоговая аттестация	6					6						6

Учебный план отделения Футбола

на 42 недели для Углубленного уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Углубленного уровня	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год
	Количество часов в неделю							12	12
	Общий объём часов	1008	66	126	804	6	6	504	504
1	Обязательные предметные области								
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	126		126				63	63
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	160			160			80	80
1.3	Вид спорта	300			300			150	150
	1.3.1. Специально-физическая подготовка								
	1.3.2. Техническая подготовка	100			100			50	50
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	20			20			10	10
	1.3.4. Техничко-тактическая подготовка	180			180			90	90
1.4	Основы профессионального самоопределения	120			120			60	60
2	Вариативные предметные области								
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	94			94			47	47
2.2	Спортивное и специальное оборудование	30			30			15	15
2.3	Судейская подготовка	100			100			50	50
3	Самостоятельная работа	66	66					33	33
4	Аттестация	12				6	6	6	6
4.1.	Промежуточная аттестация	6				6		6	
6.2	Итоговая аттестация	6					6		6

Учебный план отделения Хоккея

на 42 недели для Базового уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Базового уровня					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год	3-год	4-год	5-год	6-год
	Количество часов в неделю							6	6	8	8	10	10
	Общий объём часов	2016	122	372	1638	30	6	252	252	336	336	420	420
1	Обязательные предметные области												
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	372		372				60	60	63	63	63	63
1.2	Общая физическая подготовка	562			562			70	70	96	96	115	115
1.3	Вид спорта	620			620			69	69	101	101	140	140
	1.3.1. Специально-физическая подготовка	162			162			16	16	30	30	35	35
	1.3.2. Техническая подготовка	248			248			33	33	36	36	55	55
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	52			52			8	8	8	8	10	10
	1.3.4. Техничко- тактическая подготовка	158			158			12	12	27	27	40	40
2	Вариативные предметные области												
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	210			210			26	26	33	33	46	46
2.2	Спортивное и специальное оборудование	94			94			5	5	17	17	25	25
3	Самостоятельная работа	122	122					16	16	20	20	25	25
4	Аттестация	36				30	6	6	6	6	6	6	6
4.1	Промежуточная аттестация	30				30		6	6	6	6	6	
4.2	Итоговая аттестация	6					6						6

Учебный план отделения Хоккея

на 42 недели для Углубленного уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Углубленного уровня	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год
	Количество часов в неделю							12	12
	Общий объём часов	1008	66	126	804	6	6	504	504
1	Обязательные предметные области								
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	126		126				63	63
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	160			160			80	80
1.3	Вид спорта	300			300			150	150
	1.3.1. Специально-физическая подготовка								
	1.3.2. Техническая подготовка	100			100			50	50
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	20			20			10	10
	1.3.4. Техничко-тактическая подготовка	180			180			90	90
1.4	Основы профессионального самоопределения	120			120			60	60
2	Вариативные предметные области								
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	94			94			47	47
2.2	Спортивное и специальное оборудование	30			30			15	15
2.3	Судейская подготовка	100			100			50	50
3	Самостоятельная работа	66	66					33	33
4	Аттестация	12				6	6	6	6
4.1.	Промежуточная аттестация	6				6		6	
6.2	Итоговая аттестация	6					6		6

Учебный план отделения Велоспорта

на 42 недели для Базового уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Базового уровня					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год	3-год	4-год	5-год	6-год
	Количество часов в неделю							6	6	8	8	10	10
	Общий объём часов	2016	122	372	1638	30	6	252	252	336	336	420	420
1	Обязательные предметные области												
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	372		372				60	60	63	63	63	63
1.2	Общая физическая подготовка	562			562			70	70	96	96	115	115
1.3	Вид спорта	620			620			69	69	101	101	140	140
	1.3.1. Специально-физическая подготовка	162			162			16	16	30	30	35	35
	1.3.2. Техническая подготовка	248			248			33	33	36	36	55	55
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	52			52			8	8	8	8	10	10
	1.3.4. Техничко- тактическая подготовка	158			158			12	12	27	27	40	40
2	Вариативные предметные области												
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	210			210			26	26	33	33	46	46
2.2	Спортивное и специальное оборудование	94			94			5	5	17	17	25	25
3	Самостоятельная работа	122	122					16	16	20	20	25	25
4	Аттестация	36				30	6	6	6	6	6	6	6
4.1	Промежуточная аттестация	30				30		6	6	6	6	6	
4.2	Итоговая аттестация	6					6						6

Учебный план отделения Велоспорта

на 42 недели для Углубленного уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Углубленного уровня	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год
	Количество часов в неделю							12	12
	Общий объём часов	1008	66	126	804	6	6	504	504
1	Обязательные предметные области								
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	126		126				63	63
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	160			160			80	80
1.3	Вид спорта	300			300			150	150
	1.3.1. Специально-физическая подготовка								
	1.3.2. Техническая подготовка	100			100			50	50
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	20			20			10	10
	1.3.4. Техничко-тактическая подготовка	180			180			90	90
1.4	Основы профессионального самоопределения	120			120			60	60
2	Вариативные предметные области								
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	94			94			47	47
2.2	Спортивное и специальное оборудование	30			30			15	15
2.3	Судейская подготовка	100			100			50	50
3	Самостоятельная работа	66	66					33	33
4	Аттестация	12				6	6	6	6
4.1.	Промежуточная аттестация	6				6		6	
6.2	Итоговая аттестация	6					6		6

Учебный план отделения Гиревого спорта

на 42 недели для Базового уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Базового уровня					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год	3-год	4-год	5-год	6-год
	Количество часов в неделю							6	6	8	8	10	10
	Общий объём часов	2016	122	372	1638	30	6	252	252	336	336	420	420
1	Обязательные предметные области												
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	372		372				60	60	63	63	63	63
1.2	Общая физическая подготовка	562			562			70	70	96	96	115	115
1.3	Вид спорта	620			620			69	69	101	101	140	140
	1.3.1. Специально-физическая подготовка	162			162			16	16	30	30	35	35
	1.3.2. Техническая подготовка	248			248			33	33	36	36	55	55
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	52			52			8	8	8	8	10	10
	1.3.4. Техничко- тактическая подготовка	158			158			12	12	27	27	40	40
2	Вариативные предметные области												
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	210			210			26	26	33	33	46	46
2.2	Спортивное и специальное оборудование	94			94			5	5	17	17	25	25
3	Самостоятельная работа	122	122					16	16	20	20	25	25
4	Аттестация	36				30	6	6	6	6	6	6	6
4.1	Промежуточная аттестация	30				30		6	6	6	6	6	
4.2	Итоговая аттестация	6					6						6

Учебный план отделения Гиревого спорта

на 42 недели для Углубленного уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Углубленного уровня	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год
	Количество часов в неделю							12	12
	Общий объём часов	1008	66	126	804	6	6	504	504
1	Обязательные предметные области								
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	126		126				63	63
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	160			160			80	80
1.3	Вид спорта	300			300			150	150
	1.3.1. Специально-физическая подготовка								
	1.3.2. Техническая подготовка	100			100			50	50
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	20			20			10	10
	1.3.4. Техничко-тактическая подготовка	180			180			90	90
1.4	Основы профессионального самоопределения	120			120			60	60
2	Вариативные предметные области								
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	94			94			47	47
2.2	Спортивное и специальное оборудование	30			30			15	15
2.3	Судейская подготовка	100			100			50	50
3	Самостоятельная работа	66	66					33	33
4	Аттестация	12				6	6	6	6
4.1.	Промежуточная аттестация	6				6		6	
6.2	Итоговая аттестация						6		6

Учебный план отделения Греко-римской борьбы

на 42 недели для Базового уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объём нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Базового уровня					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год	3-год	4-год	5-год	6-год
	Количество часов в неделю							6	6	8	8	10	10
	Общий объём часов	2016	122	372	1638	30	6	252	252	336	336	420	420
1	Обязательные предметные области												
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	372		372				60	60	63	63	63	63
1.2	Общая физическая подготовка	562			562			70	70	96	96	115	115
1.3	Вид спорта	620			620			69	69	101	101	140	140
	1.3.1. Специально-физическая подготовка	162			162			16	16	30	30	35	35
	1.3.2. Техническая подготовка	248			248			33	33	36	36	55	55
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	52			52			8	8	8	8	10	10
	1.3.4. Техничко- тактическая подготовка	158			158			12	12	27	27	40	40
2	Вариативные предметные области												
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	210			210			26	26	33	33	46	46
2.2	Спортивное и специальное оборудование	94			94			5	5	17	17	25	25
3	Самостоятельная работа	122	122					16	16	20	20	25	25
4	Аттестация	36				30	6	6	6	6	6	6	6
4.1	Промежуточная аттестация	30				30		6	6	6	6	6	
4.2	Итоговая аттестация	6					6						6

Учебный план отделения Греко-римской борьбы

на 42 недели для Углубленного уровня подготовки по дополнительным предпрофессиональным программам

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения Углубленного уровня	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-год	2-год
	Количество часов в неделю							12	12
	Общий объём часов	1008	66	126	804	6	6	504	504
1	Обязательные предметные области								
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	126		126				63	63
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	160			160			80	80
1.3	Вид спорта	300			300			150	150
	1.3.1. Специально-физическая подготовка								
	1.3.2. Техническая подготовка	100			100			50	50
	1.3.3. Участие в физкультурных и спортивных соревнованиях	20			20			10	10
	1.3.4. Техничко-тактическая подготовка	180			180			90	90
1.4	Основы профессионального самоопределения	120			120			60	60
2	Вариативные предметные области								
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	94			94			47	47
2.2	Спортивное и специальное оборудование	30			30			15	15
2.3	Судейская подготовка	100			100			50	50
3	Самостоятельная работа	66	66					33	33
4	Аттестация	12				6	6	6	6
4.1.	Промежуточная аттестация	6				6		6	
6.2	Итоговая аттестация	6					6		6

