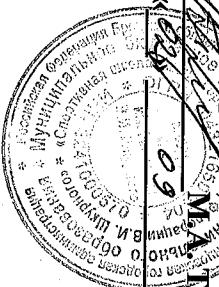


Принят педагогическим советом
МБУДО СШ им. Героя РФ В.И. Шкурного
Протокол № 1 «29» августа 2024г.

Учебный план
тренировочных занятий на 52 недели
в МБУДО СШ им. Героя РФ В.И. Шкурного
по дополнительным общеразвивающим программам
на 2024-2025 уч. г.

«Утвержден»
Директор МБУДО СШ
им. Героя РФ В.И. Шкурного
М.А. Тригубенко
2024 г.



№ п/п	Разделы подготовки	Тяжелая атлетика		баскетбол		волейбол		Льж.гонки		Батут		Спорт.акробатика		плавание		футбол	
		СОГ	1 год	СОГ	1 год	СОГ	1 год	СОГ	1 год	СОГ	1 год	СОГ	1 год	СОГ	1 год	СОГ	1 год
1	Теоретическая подготовка	18	16	10	10	18	18	6	6	18	18	10	10				
2	Общая физическая подготовка	124	150	102	124	132	132	60	60	64	64	124	118				
3	Специальная физическая подготовка	64	52	60	64	60	60	64	60	64	64	10					
4	Технико-тактическая подготовка в избранном виде	44	44	86	44	54	54	44	44	44	44	120					
5	Другие виды спорта и подвижные игры	14	4	4	14	10	10	10	10	14	14	4					
6	Контрольно-переводные испытания	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2					
7	Медицинское обследование	2	2	2	2	4	4	4	4	2	2						
8	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская работа	6	6	10	6	6	6	6	6	6	6	10					
9	Самостоятельная работа обучающихся	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36					
Всего часов		312	312	312	312	312	312	312	312	312	312	312	312	312	312	312	312
Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (час.)		6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6


«Согласовано»
зам. директора по учебно-спортивной работе
Д.В. Равнин

Принят педагогическим советом
МБУДО СШ им. Героя РФ В.И. Шкурного
Протокол № 1 «29» августа 2024 г.

Учебный план

учебно-тренировочных занятий на 52 недели
в МБУДО СШ им. Героя РФ В.И. Шкурного
по дополнительной общеразвивающей программе по виду спорта «Легкая атлетика»
на 2024-2025 уч. г.

«Утвержден»
Директор МБУДО СШ
им. Героя РФ В.И. Шкурного
Тригубенко
2024 г.



№ п/п	Разделы подготовки	Количество часов
1	Теоретическая подготовка	19
2	Общая физическая подготовка	100
3	Специальная физическая подготовка	22
4	Технико-тактическая подготовка в избранном виде спорта	25
5	Другие виды спорта и подвижные игры	7
6	Контрольно-переводные испытания	2
7	Медицинское обследование	1
8	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	6
9	Самостоятельная работа обучающихся	36
Всего часов		208
Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю (час.)		4

«Согласовано»

зам. директора по учебно-спортивной работе  Д.В. Раввин