

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

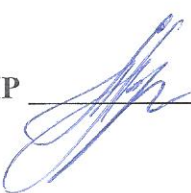
 Н.И. Голышев

« 31 » августа 2018 года

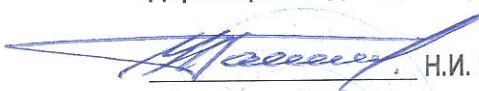
ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ БОДИБИДИНГА на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
	Количество часов в неделю	6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
	ИТОГО (46 недель)	276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
	ВСЕГО (52 недели)	312

Зам. директора по УМР

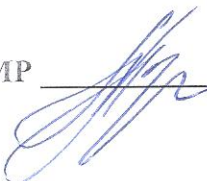
 Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

 Н.И. Голышев
«31» августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ БОКСА на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
Количество часов в неделю		6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
ИТОГО (46 недель)		276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
ВСЕГО (52 недели)		312

Зам. директора по УМР  Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБОУ ДО «ДС «Заречье»

Н.И. Голышев

« 31 » августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ ВОЛЕЙБОЛА на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
Количество часов в неделю		6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
ИТОГО (46 недель)		276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
ВСЕГО (52 недели)		312

Зам. директора по УМР

Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

 Н.И. Голышев

«31» августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ ДЗЮДО на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
	Количество часов в неделю	6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
	ИТОГО (46 недель)	276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
	ВСЕГО (52 недели)	312

Зам. директора по УМР

 Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

 Н.И. Голышев

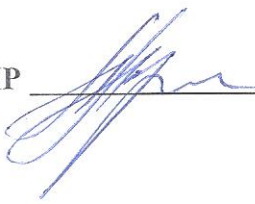
« 31 » августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ КАРАТЭ на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
Количество часов в неделю		6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
ИТОГО (46 недель)		276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
ВСЕГО (52 недели)		312

Зам. директора по УМР

 Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

 Н.И. Голышев

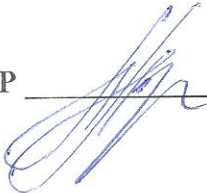
« 31 » августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

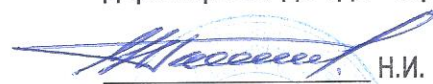
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ МИНИ-ФУТБОЛА на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
	Количество часов в неделю	6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
	ИТОГО (46 недель)	276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
	ВСЕГО (52 недели)	312

Зам. директора по УМР

 Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

 Н.И. Голышев
«31» августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ ПЛАВАНИЕ на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
Количество часов в неделю		
1.	Теория и методика ФК и С	7
2.	Общая и специальная физическая подготовка	63
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	34
4.	Избранный вид спорта	18
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	15
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	1
ИТОГО (46 недель)		138
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	18
ВСЕГО (52 недели)		156

Зам. директора по УМР _____

Н.А. Лабутина



Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

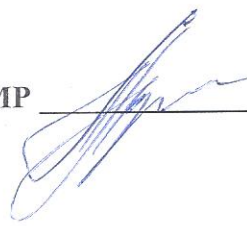
 Н.И. Голышев

«31» августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ САМБО на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
Количество часов в неделю		6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
ИТОГО (46 недель)		276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
ВСЕГО (52 недели)		312

Зам. директора по УМР

 Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

Н.И. Голышев

«31» августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

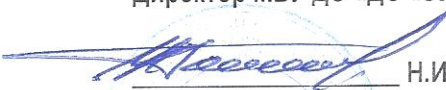
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ ФИГУРНОГО КАТАНИЯ на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
Количество часов в неделю		6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
ИТОГО (46 недель)		276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
ВСЕГО (52 недели)		312

Зам. директора по УМР

Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

 Н.И. Голышев

«31» августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ ХОККЕЯ С ШАЙБОЙ на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
	Количество часов в неделю	6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
	ИТОГО (46 недель)	276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
	ВСЕГО (52 недели)	312

Зам. директора по УМР

 Н.А. Лабутина

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДС «Заречье»

Н.И. Голышев

«31» августа 2018 года

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

распределения часов на 52 недели спортивно-оздоровительных групп (СОГ)
ОТДЕЛЕНИЯ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ на 2018-19 уч. год.

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
	Количество часов в неделю	6
1.	Теория и методика ФК и С	14
2.	Общая и специальная физическая подготовка	120
3.	Другие виды спорта и подвижные игры	68
4.	Избранный вид спорта	38
5.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	34
6.	Восстановительные мероприятия	+
7.	Медицинское обследование	2
	ИТОГО (46 недель)	276
9.	Самостоятельная работа и по индивидуальным планам на период летнего активного отдыха (6 недель)	36
	ВСЕГО (52 недели)	312

Зам. директора по УМР

Н.А. Лабутина