

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»  
В.П. Брехов  
М.П.

Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной предпрофессиональной образовательной программы  
по виду спорта баскетбол

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Базовый уровень сложности, распределение по годам обучения		
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-й	2-й	5-й
	Общий объем часов	882	--	87	205	17	-	252	252	378
1.	Обязательные предметные области	400						113	117	170
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	88						25	25	38
1.2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	174						50	52	72
1.3.	Вид спорта	138						38	40	60
2.	Вариативные предметные области	173						51	46	76
2.1.	Различные виды спорта и подвижные виды спорта	59						18	18	23
2.2.	Специальные навыки	62						17	15	30
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	52						16	13	23
3.	Теоретические занятия	87		87				26	27	34
4.	Практические занятия	205			205			57	57	91
4.1.	Тренировочные мероприятия	132						30	32	70
4.2.	Иные виды практических занятий	73						27	25	21
5.	Аттестация	17						5	5	7
5.1.	Промежуточная аттестация	17				17		5	5	7
5.2.	Итоговая аттестация	-					-	-	-	-

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 14 по 20 июня.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов  
М.П.

Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной предпрофессиональной образовательной программы  
по виду спорта волейбол

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Базовый уровень сложности, распределение по годам обучения	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-й	2-й
	Общий объем часов	504	--	53	114	10	-	252	252
1.	Обязательные предметные области	230						113	117
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	50						25	25
1.2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	102						50	52
1.3.	Вид спорта	78						38	40
2.	Вариативные предметные области	97						51	46
2.1.	Различные виды спорта и подвижные виды спорта	36						18	18
2.2.	Специальные навыки	32						17	15
2.3.	Спортивное и специальное оборудование	29						16	13
3.	Теоретические занятия	53		53				26	27
4.	Практические занятия	114			114			57	57
4.1.	Тренировочные мероприятия	62						30	32
4.2.	Иные виды практических занятий	52						27	25
5.	Аттестация	10						5	5
5.1.	Промежуточная аттестация	10				10		5	5
5.2.	Итоговая аттестация	-					-	-	-

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 14 по 20 июня.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»  
В.П. Брехов  
М.П.

Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной предпрофессиональной образовательной программы  
по виду спорта фитнес-аэробика

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Промежуточная аттестация (в часах)	Итоговая аттестация (в часах)	Углубленный уровень 1 года обучения
				Теоретические	Практические			
	Общий объем часов	504	20	26	96	10	--	504
1.	Обязательные предметные области	252						252
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	50						50
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка (ОФП и СФП)	50						50
1.4.	Вид спорта	76						76
1.5.	Основы профессионального самоопределения	76						76
2.	Вариативные предметные области	100						100
2.1.	Хореография	25						25
2.2.	Судейская подготовка	25						25
2.3.	Специальные навыки	25						25
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	25						25
3.	Теоретические занятия	26		26				26
4.	Практические занятия	96			96			96
4.1.	Тренировочные мероприятия	82						82

4.2.	Иные виды практических занятий	14					14
5.	Самостоятельная работа	20	20				20
6.	Аттестация	10					10
6.1.	Промежуточная аттестация	10			10		10
6.2.	Итоговая аттестация					--	

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 14 по 20 июня



	специальное оборудование								
3.	Теоретические занятия	60		60				34	26
4.	Практические занятия	187			187			91	96
4.1.	Тренировочные мероприятия	152						70	82
4.2.	Иные виды практических занятий	35						21	14
5.	Самостоятельная работа	20	20					-	20
6.	Аттестация	17						7	10
6.1.	Промежуточная аттестация	17				17		7	10
6.2.	Итоговая аттестация	-						-	-

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 14 по 20 июня

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов  
М.П.



Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной общеразвивающей образовательной программы  
по виду спорта всестилевое каратэ

№ п/п	Наименование предметных областей	Спортивно-оздоровительный этап/часов
1.	Теоретическая подготовка	8
2.	Общая физическая подготовка	135
3.	Специальная физическая подготовка	57
4.	Всестилевое каратэ	31
5.	Другие виды спорта и подвижные игры	11
6.	Технико-тактическая и психологическая подготовка	8
7.	Промежуточная (итоговая) аттестация	2
Общее количество часов в год		252

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 14 по 20 июня

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»  
В.П. Брехов  
М.П.

Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной предпрофессиональной образовательной программы  
по виду спорта плавание

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Само- стоя- тель- ная рабо- та (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения					
				Теоре- тиче- ские	Прак- тиче- ские	Проме- жуточ- ная	Итого- вая	2-й	3-й	4-й	5-й	1-й	2-й
								Базовый уровень				Углубленный уровень	
	Общий объем часов	2 352	44	170	498	35	12	252	294	336	378	504	588
1.	Обязательные предметные области	1 141						117	138	164	170	252	300
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	244						25	32	40	38	50	59
1.2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	256						52	62	70	72	-	-
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка (ОФП и СФП)	115						-	-	-	-	50	65
1.4.	Вид спорта	362						40	44	54	60	76	88
1.5	Основы профессиональ- ного самоопре- деления	164						-	-	-	-	76	88
2.	Вариативные предметные области	453						46	54	61	76	100	116
2.1.	Различные виды спорта и подвижные	133						18	18	20	23	25	29



	виды спорта												
2.2.	Судейская подготовка	54						-	-	-	-	25	29
2.3.	Специальные навыки	144						15	21	24	30	25	29
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	122						13	15	17	23	25	29
3.	Теоретические занятия	170		170				27	29	30	34	26	24
4.	Практические занятия	498			498			57	68	74	91	96	112
4.1.	Тренировочные мероприятия	372						32	40	50	70	82	98
4.2.	Иные виды практических занятий	126						25	28	24	21	14	14
5.	Самостоятельная работа	44	44					-	-	-	-	20	24
6.	Аттестация	46						5	5	7	7	10	12
6.1.	Промежуточная аттестация	34			35			5	5	7	7	10	-
6.2.	Итоговая аттестация	12				12		-	-	-	-	-	12

Форма промежуточной и итоговой аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 14 по 20 июня

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»  
В.П. Брехов  
М.П.



Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной общеразвивающей образовательной программы  
по виду спорта спортивная аэробика

Наименование предметных областей	Спортивно-оздоровительный этап	
	в % отношении от общего количества часов учебного плана	в часах
Теоретическая подготовка	4	10
Общая физическая подготовка	32	76
Специальная физическая подготовка	22	52
Акробатика	17	40
Хореография	17	40
Техническая подготовка	8	18
Контрольно-переводные испытания	2	4
Общее количество часов	в год	100
	в неделю	6

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 30 мая по 07 июня

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов

М.П.



Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной общеразвивающей образовательной программы  
по виду спорта плавание

№ пп	Наименование предметных областей	Распределение часов
1	Теоретическая подготовка	5
2	Общая физическая подготовка	140
3	Специальная физическая подготовка, специальная техническая подготовка	100
4	Участие в соревнованиях и контрольных испытаниях	5
5	Медицинское обследование	2
6	Общее количество часов в год	252

Форма промежуточной и итоговой аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов  
в сроки с 14 по 20 июня

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов

М.П.



Учебный план  
(план учебного процесса) на 2021-2022 учебный год  
по реализации дополнительной общеразвивающей образовательной программы  
по виду спорта тяжелая атлетика

№ пп	Наименование предметных областей	Распределение часов
1	Теоретическая, тактическая, психологическая подготовка	33
2	Общая физическая подготовка	97
3	Специальная физическая подготовка	77
4	Контрольные нормативы	3
5	Другие виды спорта и подвижные игры	36
6	Самостоятельная работа	6
7	Общее количество часов в год	252

Форма промежуточной и итоговой аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов  
в сроки с 14 по 20 июня