

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



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта
фитнес-аэробике базового уровня

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
			Проме- жуточ- ная	Итого- вая	1-й	2-й	3-й	4-й
					Базовый уровень			
Общий объем часов		1 134	15	12	252	252	294	336
1	Теоретическая подготовка	122			25	25	32	40
2.	Общая физическая подготовка	232			50	50	62	70
3.	Классическая аэробика	234			50	52	62	70
4.	Фитбол- гимнастика	172			40	40	44	48
5.	Йога	172			40	40	44	48
6.	Соревновательная деятельность	177			42	42	45	48
7.	Аттестация	25			5	3	5	12
7.1.	Промежуточная аттестация	13			5	3	5	--
7.2.	Итоговая аттестация	12		12	-	-	-	12

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов

М.П.

Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта
волейбол базового уровня

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
			Проме- жуточ- ная	Итого- вая	1-й	2-й	3-й	4-й
					Базовый уровень			
Общий объем часов		1 134	15	12	252	252	294	336
1	Теоретическая подготовка	122			25	25	32	40
2.	Общая физическая подготовка	232			50	50	62	70
3.	Специальная физическая подготовка	234			50	52	62	70
4.	Техническая подготовка	172			40	40	44	48
.5	Тактическая подготовка	172			40	40	44	48
6.	Соревновательная деятельность	177			42	42	45	48
7.	Аттестация	25			5	3	5	12
7.1.	Промежуточная аттестация	13			5	3	5	--
7.2.	Итоговая аттестация	12		12	-	-	-	12

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая.

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



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта
баскетбол базового уровня

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
			Промежуточная	Итоговая	1-й	2-й	3-й	4-й
	Общий объем часов	1 134	13	12	252	252	294	336
1	Теоретическая подготовка	122			25	25	32	40
2.	Общая физическая подготовка	232			50	50	62	70
3.	Специальная физическая подготовка	234			50	52	62	70
4.	Техническая подготовка	172			40	40	44	48
5	Тактическая подготовка	172			40	40	44	48
6.	Соревновательная деятельность	177			42	42	45	48
7.	Аттестация	25			5	3	5	12
7.1.	Промежуточная аттестация	13	13		5	3	5	--
7.2.	Итоговая аттестация	12		12	-	-	-	12

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов

М.П.



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта
плавание базового уровня

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
			Промежуточная	Итоговая	1-й	2-й	3-й	4-й
					Базовый уровень			
Общий объем часов		1 134	15	12	252	252	294	336
1	Теоретическая подготовка	122			25	25	32	40
2.	Общая физическая подготовка	242			60	50	62	70
3.	Специальная физическая подготовка	234			50	52	62	70
4.	Техническая подготовка	172			40	40	44	48
.5	Специальная техническая подготовка	162			30	40	44	48
6.	Соревновательная деятельность	177			42	42	45	48
7.	Аттестация	25			5	3	5	12
7.1.	Промежуточная аттестация	13			5	3	5	--
7.2.	Итоговая аттестация	12		12	-	-	-	12

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая

Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов

М.П.



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта
всестилевое каратэ стартового уровня

№ п/п	Разделы подготовки	Стартовый уровень
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
Итого часов		252

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая

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



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы по виду спорта
тяжелая атлетика стартового уровня

№ п/п	Разделы подготовки	Стартовый уровень, в часах
1.	Теоретическая подготовка, 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
	Итого часов	252

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая

Приложение № 7
к приказу от «28» апреля 2023 года № 45-у

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов
М.П.



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы
по виду спорта спортивная аэробика стартового уровня

№ п/п	Разделы подготовки	Стартовый уровень, в часах
1.	Теоретическая подготовка	12
2.	Общая физическая подготовка	79
3.	Специальная физическая подготовка	53
4.	Акробатика	42
5.	Хореография	42
6.	Техническая подготовка	19
7.	Контрольно-переводные испытания	5
Итого часов		252

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая

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



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы
по виду спорта плавание стартового уровня

№ 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 2022-2022 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы
по виду спорта баскетбол углубленного уровня

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения					
			Проме- жуточ- ная	Итого- вая	1-й	2-й	3-й	4-й		
Общий объем часов					13	12	378	420	504	588
1	Теоретическая подготовка	212			40	48	56	65		
2.	Общая физическая подготовка	330			72	80	84	94		
3.	Специальная физическая подготовка	277			63	69	70	75		
4.	Техническая подготовка	320			70	75	85	90		
.5	Тактическая подготовка	330			70	80	82	98		
6.	Соревновательная деятельность	396			91	97	96	112		
7.	Аттестация	25			5	3	5	12		
7.1.	Промежуточная аттестация	13	13		5	3	5	--		
7.2.	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 «ЦОСШ «Олимп»

В.П. Брехов
М.П.



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы
по виду спорта спортивная аэробика углубленного уровня

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения					
			Проме- жуточ- ная	Итого- вая	1-й	2-й	3-й	4-й		
Общий объем часов					13	12	378	420	504	588
1	Теоретическая подготовка	185			30	40	50	65		
2.	Общая физическая подготовка	270			55	60	70	85		
3.	Специальная физическая подготовка	284			50	60	84	90		
4.	Техническая подготовка	307			60	72	85	90		
5.	Хореографическая подготовка	290			60	70	75	85		
6.	Акробатическая подготовка	213			48	45	55	65		
7.	Соревновательная деятельность	316			70	70	80	96		
8.	Аттестация	25			5	3	5	12		
8.1.	Промежуточная аттестация	13	13		5	3	5	--		
8.2.	Итоговая аттестация	12		12	-	-	-	12		

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Олимп»

В.П. Брехов
М.П.



Учебный план
(план учебного процесса) на 2022-2023 учебный год
по реализации дополнительной общеразвивающей программы
по виду спорта плавание углубленного уровня

№ пп	Наименование предметных областей/ формы учебной нагрузки	Общий объем нагрузки (в часах)	Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
			Проме- жуточ- ная	Итого- вая	1-й	2-й	3-й	4-й
	Общий объем часов	1 890	13	12	378	420	504	588
1	Теоретическая подготовка	212			40	48	56	65
2.	Общая физическая подготовка	330			72	80	84	94
3.	Специальная физическая подготовка	277			63	69	70	75
4.	Техническая подготовка	320			70	75	85	90
5.	Тактическая подготовка	330			70	80	82	98
6.	Соревновательная деятельность	396			91	97	96	112
7.	Аттестация	25			5	3	5	12
7.1.	Промежуточная аттестация	13	13		5	3	5	--
7.2.	Итоговая аттестация	12		12	-	-	-	12

Форма промежуточной аттестации - сдача контрольно-переводных нормативов в сроки с 20 по 30 мая