


 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ ДО  
 «Рибитская ДЮСШ»  
 Н.И. Шевчук  
 Приказ № 132 от 23.07.2022 г.

План учебного процесса для углубленного уровня подготовки (спортивная аэробика, спортивная гимнастика)  
 на 2022-2023 уч. г.

№ п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)*	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	У-1	У-2	У-3	У-4
	Общий объем часов	2184	508	218	1418	20	20	504	504	588	588
1	Обязательные предметные области	1214	198	218	758	20	20	275	275	332	332
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	218		218				50	50	59	59
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	218	78		120	10	10	50	50	59	59
1.3	Вид спорта	452	80		352	10	10	100	100	126	126
1.4	Основы профессионального самоопределения	326	40		286			75	75	88	88
2	Вариативные предметные области	970	310		660			229	229	256	256
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	108	40		68			25	25	29	29
2.2	Судейская подготовка	108	40		68			25	25	29	29
2.3	Творческое мышление	108	40		68			25	25	29	29
2.4	Хореография и акробатика	322	70		252			79	79	82	82
2.5	Специальные навыки	108	40		68			25	25	29	29
2.6	Спортивное и специальное оборудование	108	40		68			25	25	29	29




 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ ДО  
 «Ироитская ДЮСШ»  
 Н. П. Шевчук  
 Приказ № 13/09 от 19.09 2022 г.

План учебного процесса для углубленного уровня подготовки  
 (футбол, волейбол, хоккей, самбо, дзюдо, джиу-джитсу, легкая атлетика, лыжные гонки)  
 на 2022-2023 уч. г.

№ п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения			
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	У-1	У-2	У-3	У-4
Общий объем часов		2184	438	218	1488	20	20	504	504	588	588
1	Обязательные предметные области	1434	198	218	978	20	20	335	335	382	382
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	218		218				50	50	59	59
1.2	Общая и специальная физическая подготовка	326	78		228	10	10	75	75	88	88
1.3	Вид спорта	558	80		458	10	10	132	132	147	147
1.4	Основы профессионального самоопределения	332	40		292			78	78	88	88
2	Вариативные предметные области	750	240		510			169	169	206	206
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	190	40		150			44	44	51	51
2.2	Судейская подготовка	112	40		72			25	25	31	31
2.3	Творческое мышление	112	40		72			25	25	31	31
2.4	Специальные навыки	112	40		72			25	25	31	31

2.5	Спортивное и специальное оборудование	112	40		72			25	25	31	31
2.6	Национальный региональный компонент (знание особенностей развитие видов спорта в Свердловской области)	112	40		72			25	25	31	31
3	Теоритические занятия			218							
4	Практические занятия				1488						
4.1	Тренировочные мероприятия				1080						
4.2	Физкультурные и спортивные мероприятия				408						
5	Самостоятельная работа		438								
6	Аттестация					20	20				
6.1	Промежуточная аттестация					20					
6.2	Итоговая аттестация						20				