

Утверждаю

"1" сентября 2022г

План учебного процесса МБОУ ДО "Детско-юношеская спортивная школа" на 2022-2023 учебный год

Углубленный уровень

| № п/п                    | Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки | Общий объем учебной нагрузки (в часах) | Самостоятельная работа (в часах) | Общий объем нагрузки (в часах) |              | Аттестация (в часах) |          | Распределение по годам обучения |            |            |            |
|--------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|----------|---------------------------------|------------|------------|------------|
|                          |                                                         |                                        |                                  | Теоретические                  | Практические | Промежуточная        | Итоговая | 1-й год                         | 2-й год    | 3-й год    | 4-й год    |
| 1                        | 2                                                       | 3                                      | 4                                | 5                              | 6            | 7                    | 8        | 9                               | 10         | 11         | 12         |
| <b>Общий объем часов</b> |                                                         | <b>2184</b>                            |                                  |                                |              |                      |          | <b>504</b>                      | <b>504</b> | <b>588</b> | <b>588</b> |
| <b>1</b>                 | <b>Обязательные предметные области</b>                  | <b>1524</b>                            |                                  |                                |              |                      |          | <b>352</b>                      | <b>352</b> | <b>410</b> | <b>410</b> |
| 1.1                      | Теоретические основы ФК и С                             | 160                                    |                                  |                                |              |                      |          | 36                              | 36         | 44         | 44         |
| 1.2                      | Общая и специальная подготовка                          | 680                                    |                                  |                                |              |                      |          | 160                             | 160        | 180        | 180        |
| 1.3                      | Вид спорта                                              | 440                                    |                                  |                                |              |                      |          | 100                             | 100        | 120        | 120        |
| 1.4                      | Основы профессионального самоопределения                | 244                                    |                                  |                                |              |                      |          | 56                              | 56         | 66         | 66         |
| <b>2.</b>                | <b>Вариативные предметные области</b>                   | <b>660</b>                             |                                  |                                |              |                      |          | <b>152</b>                      | <b>152</b> | <b>178</b> | <b>178</b> |
| 2.1.                     | Различные виды спорта и подвижные игры                  | 342                                    |                                  |                                |              |                      |          | 85                              | 85         | 86         | 86         |
| 2.2                      | Судейская подготовка                                    | 62                                     |                                  |                                |              |                      |          | 13                              | 13         | 18         | 18         |
| 2.3                      | Развитие творческого мышления                           | 40                                     |                                  |                                |              |                      |          | 8                               | 8          | 12         | 12         |
| 2.4                      | Хореография и (или) акробатика                          | 40                                     |                                  |                                |              |                      |          | 8                               | 8          | 12         | 12         |
| 2.6                      | Специальные навыки                                      | 112                                    |                                  |                                |              |                      |          | 22                              | 22         | 34         | 34         |
| 2.6                      | Спортивное и специальное оборудование                   | 64                                     |                                  |                                |              |                      |          | 16                              | 16         | 16         | 16         |
| <b>3.</b>                | <b>Теоретические занятия</b>                            | <b>140</b>                             |                                  | <b>140</b>                     |              |                      |          | <b>30</b>                       | <b>30</b>  | <b>40</b>  | <b>40</b>  |
| <b>4.</b>                | <b>Практические занятия</b>                             | <b>1900</b>                            |                                  |                                | <b>1900</b>  |                      |          | <b>444</b>                      | <b>444</b> | <b>506</b> | <b>506</b> |
| 4.1                      | Тренировочные мероприятия                               | 912                                    |                                  |                                |              |                      |          | 220                             | 220        | 236        | 236        |
| 4.2.                     | Физкультурные и спортивные мероприятия                  | 768                                    |                                  |                                |              |                      |          | 174                             | 174        | 210        | 210        |
| 4.3                      | Иные виды практических занятий                          | 220                                    |                                  |                                |              |                      |          | 50                              | 50         | 60         | 60         |
| <b>5.</b>                | <b>Самостоятельная работа</b>                           | <b>100</b>                             | <b>100</b>                       |                                |              |                      |          | <b>20</b>                       | <b>20</b>  | <b>30</b>  | <b>30</b>  |
| <b>6.</b>                | <b>Аттестация</b>                                       | <b>44</b>                              |                                  |                                |              | <b>40</b>            | <b>4</b> | <b>10</b>                       | <b>10</b>  | <b>12</b>  | <b>12</b>  |
| 6.1                      | Промежуточная аттестация                                | 40                                     |                                  |                                |              | 40                   |          | 10                              | 10         | 12         | 8          |
| 6.2                      | Итоговая аттестация                                     | 4                                      |                                  |                                |              |                      | 4        |                                 |            |            | 4          |
|                          | Количество групп по плану комплектования                | 3                                      |                                  |                                |              |                      |          | 2                               | 1          |            |            |
|                          | Всего часов в неделю                                    | 36                                     |                                  |                                |              |                      |          | 24                              | 12         |            |            |