

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН МУ ДО "ДЮСШ г. Катав-Ивановска" на 2023-2024 уч.год  
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ (46 нед/год)**

Отделение, этапы подготовки	Количество групп	Количество ч/нед. на группу	Количество уч. недель в год	Количество часов в год								
				Теоретическая подготовка	ОФП	СФП	Техническая подготовка	Участие в соревнованиях	Восстановительн ые меропр	Инструкторская практика	Промежуточная аттестация	ИТОГО
<b>ОТДЕЛЕНИЕ ДЗЮДО</b>												
Спортивно-оздоровительный этап (6-7 лет)	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>46</b>	7	80	34	12	0	0	0	5	<b>138</b>
Спортивно-оздоровительный этап (8-17 лет)	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>46</b>	9	153	76	31	0	0	0	7	<b>276</b>

<b>ОТДЕЛЕНИЕ ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ</b>												
Спортивно-оздоровительный этап (8-17 лет)	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>46</b>	12	164	53	42	0	0	0	5	<b>276</b>
<b>ОТДЕЛЕНИЕ БОКСА</b>												
Спортивно-оздоровительный этап (8-17 лет)	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>46</b>	17	114	85	53	0	0	0	7	<b>276</b>
<b>ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>												
Спортивно-оздоровительный этап 1 год	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>46</b>	5	70	0	13	0	0	0	4	<b>92</b>
Спортивно-оздоровительный этап 2 год	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>46</b>	10	142	0	28	0	0	0	4	<b>184</b>