



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**По образовательной программе базового и углубленного уровня**  
**в области физической культуры и спорта**  
**по виду спорта «волейбол»**

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программы				
	НП - 1	НП – 2,3	ТГ – 1,2	ТГ – 3	ТГ – 4,5
	Базовый уровень сложности			Углубленный уровень сложности	
Год обучения	1-2 г.о.	3-4 г.о.	5-6 г.о.	1-2 г.о.	3-4 г.о.
Час в неделю	5	8	10	16	16
Часы в год	210	336	420	672	672

**Примерное распределение учебных часов по годам обучения в МОУ ДО ДЮСШ №2 по волейболу**

№	Содержание занятий	Базовый уровень			Углубленный уровень		
		НП1г	НП 2,3г	ТГ 1,2г	ТГ3г	ТГ4г	ТГ5г
1	Обязательные предметные области						
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	21	34	42	67	67	67
1.2	Общая физическая подготовка	63	101	126	-	-	-
1.3	Общая и специальная физическая подготовка	-	-	-	101	101	101
1.4	Вид спорта	63	101	126	202	202	202
1.5	Основы профессионального самоопределения	-	-	-	101	101	101
2	Вариативные предметные области						
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	21	34	42	50	50	50
2.2	Судейская подготовка	-	-	-	50	50	50
2.3	Развитие творческого мышления	-	-	-	-	-	-
2.4	Хореография и акробатика	12	16	21	-	-	-
2.5	Уход за животными	-	-	-	-	-	-
2.6	Физкультурные и спортивные навыки	2	7	13	20	20	20
2.7	Специальные навыки	17	23	25	40	40	40
2.8	Спортивное и специальное оборудование	-	-	-	-	-	-
3.	Самостоятельная работа	9	17	21	34	34	34
4	Аттестация	2	3	4	7	7	7
4.1	Промежуточная аттестация	2	3	1	2	2	2
4.2	Итоговая аттестация	-	-	3	5	5	5
	<b>ИТОГО</b>	<b>210</b>	<b>336</b>	<b>420</b>	<b>672</b>	<b>672</b>	<b>672</b>