



Утверждаю:
Директор МБУ ДО Спортивная школа
Саянского района

Б.А. Патрушев

Приказ № 00-0/2 от «28» 08 2203 г.

УЧЕБНЫЕ ПЛАНЫ
муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
Спортивная школа Саянского района
на 2023 – 2024 учебный год
по видам спорта (отделениям)

Годовые учебные планы по видам спорта (отделениям) разработаны в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки по видам спорта «волейбол», «футбол», «хоккей», «лыжные гонки», Уставом школы, санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами для учреждений дополнительного образования, образовательными программами по видам спорта.

Учебно-тренировочная работа осуществляется на основании общеразвивающих программ по видам спорта «волейбол», «футбол», «хоккей», «лыжные гонки» и программ спортивной подготовки по видам спорта «волейбол», «футбол», «хоккей», «лыжные гонки»

Отделение "волейбол" Учебный план на 52 недели

Разделы подготовки	Программы, этап, год подготовки		
	Спортивной подготовки		
Год подготовки	НП - 1	НП -3	Т -1
Количество часов в неделю	6	8	12
Теоретическая подготовка	8	14	18
Общая физическая подготовка	96	96	112
Спец. физическая подготовка	44	58	80
Участие в соревнованиях			30
Техническая подготовка	74	94	100
Тактическая подготовка	20	36	72
Психологическая подготовка	8	12	22
Инструкторская практика			9
Судейская практика			9
Восстановит. мероприятия			12
Медико-биол. мероприятия	4	4	6
Аттестация	4	6	6
Самостоятельная работа	54	72	108
Интегральная подготовка		24	40
Подв. игры, др. виды спорта			
Всего часов	312	416	624
Количество групп	1	1	1
Всего групп	3		

Отделение "лыжные гонки" Учебный план на 52 недели

Разделы подготовки	Программы, этап, год подготовки	
	Общеразвивающ.	Спортивной подг.
Год подготовки	СОГ -1	Т - 3
Количество часов в неделю	6	18
Теоретическая подготовка	8	18
Общая физическая подготовка	98	242
Спец. физическая подготовка	80	262
Участие в соревнованиях		30
Техническая подготовка	40	90
Тактическая подготовка	10	40
Психологическая подготовка		20
Инструкторская практика		17
Судейская практика		17
Восстановит. мероприятия		12
Медико-биол. мероприятия		20
Аттестация	8	6
Самостоятельная работа	58	162
Интегральная подготовка		
Подв. игры, др. виды спорта	10	
Всего часов	312	936
Количество групп	1	1
Всего групп	2	

Отделение "хоккей" Учебный план на 52 недели

Разделы подготовки	Программы подготовки					
	Общ.разв.	Спортивной подготовки				
Год подготовки	СОГ -1	НП-2	НП -3	Т -1	Т - 2	Т -3
Количество часов в неделю	6	8	8	14	14	18
Теоретическая подготовка	8	18	18	22	22	24
Общая физическая подготовка	98	80	70	72	68	92
Спец. физическая подготовка	70	56	66	72	68	84
Участие в соревнованиях		32	32	108	112	140
Техническая подготовка	40	80	80	116	118	122
Тактическая подготовка	20	28	28	66	68	94
Психологическая подготовка				34	34	44
Инструкторская практика						24
Судейская практика						24
Восстановит. мероприятия		14	14	46	46	50
Медико-биол. мероприятия		8	8	42	42	50
Аттестация	8	18	18	24	24	26
Самостоятельная работа	58	82	82	126	126	162
Интегральная подготовка						
Подв. игры, др. виды спорта	10					
Всего часов	312	416	416	728	728	936
Количество групп	3	1	1	1	2	2
Всего групп	10					

Отделение "футбол" Учебный план на 52 недели

Разделы подготовки	Программы, этап, год подготовки		
	Спортивной подготовки		
Год подготовки	НП - 2	НП -3	Т -5
Количество часов в неделю	8	8	16
Теоретическая подготовка	8	8	18
Общая физическая подготовка	120	100	74
Спец. физическая подготовка			112
Участие в соревнованиях			66
Техническая подготовка	160	166	182
Тактическая подготовка	18	24	102
Психологическая подготовка	6	8	12
Инструкторская практика			18
Судейская практика			18
Восстановит. мероприятия	14	16	62
Медико-биол. мероприятия	4	6	12
Аттестация	4	6	12
Самостоятельная работа	82	82	144
Интегральная подготовка			
Подв. игры, др. виды спорта			
Всего часов	416	416	832
Количество групп	1	1	1
Всего групп	3		