

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования Спортивная школа
Саянского района

Дополнительная образовательная программа по виду спорта "волейбол"

Учебный план рассчитан на 2026 год на 52 недели

Директор МБУ ДО СШ Саянского района



Утверждаю:

Сыроежко Ю.В.

Разделы подготовки	Программы, этап, год подготовки		
	Спортивной подготовки		
Год подготовки	НП - 2	УТ-2	УТ-4
Количество часов в неделю	8	12	14
Теоретическая подготовка	8	12	14
Общая физическая подготовка	104	112	114
Спец. физическая подготовка	58	80	116
Участие в соревнованиях		30	72
Техническая подготовка	98	168	152
Тактическая подготовка	52	108	108
Психологическая подготовка	6	12	14
Инструкторская практика		6	14
Судейская практика		6	14
Восстановит. мероприятия		8	10
Медико-биол. мероприятия	8	4	6
Аттестация	4	6	6
Самостоятельная работа			
Интегральная подготовка	78	72	88
Подв. игры, др. виды спорта			
Всего часов	416	624	728
Количество групп	1	1	1
Всего групп	3		

Форма промежуточной аттестации- сдача нормативов ОФП, СФП и ТТП

Сроки текущего контроля - декабрь-январь

Сроки годового контроля - май-июнь