

Принято на Педагогическом Совете школы  
01 сентября 2023 года

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МУ ДО «СШ № 1»  
И.А. Загорских



### Учебный план

дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта  
МУ ДО «СШ № 1»  
на 2023–2024 уч. год

Наименование программы	Этап подготовки	Группа	Срок реализации программы	Максимальная недельная учебная нагрузка по годам обучения (в часах)										Годовая нагрузка	Всего часов по программе	
				1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год			
Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки вид спорта «художественная гимнастика»	Начальной подготовки (НП)	НП-1	10 лет	4.5										234	6266	
		НП-2			6								312			
		НП-3				6							312			
	Тренировочный или этап спортивной специализации (начальная специализация) (Т)	УТГ-1					12							624		
		УТГ-2						12						624		
		УТГ-3							12					624		
	Тренировочный или этап спортивной специализации (углубленная специализация) (Т)	УТГ-4									14					728
		УТГ-5										14				728
	Совершенствование спортивного мастерства (ССМ)	ССМ-1											20			1040
		ССМ-2												20		1040

Наименование программы	Этап подготовки	Группа	Срок реализации программы	Максимальная недельная учебная нагрузка по годам обучения (в часах)										Годовая нагрузка	Всего часов по программе	
				1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год			
Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки вид спорта «спортивная аэробика»	Начальной подготовки (НП)	НП-1	10 лет	4,5											234	5018
		НП-2			6									312		
		НП-3				6								312		
	Тренировочный или этап спортивной специализации (начальная специализация) (Т)	УТГ-1					8								416	
		УТГ-2						8							416	
		УТГ-3							8						416	
	Тренировочный или этап спортивной специализации (углубленная специализация) (Т)	УТГ-4									12				624	
		УТГ-5										12			624	
	совершенствование спортивного мастерства (ССМ)	ССМ-1											20		832	
		ССМ-2												20	832	

Наименование программы	Этап подготовки	Группа	Срок реализации программы	Максимальная недельная учебная нагрузка по годам обучения (в часах)										Годовая нагрузка	Всего часов по программе	
				1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год			
Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки вид спорта «фитнес-аэробика»	Начальной подготовки (НП)	НП-1	10 лет	4.5											234	6266
		НП-2			6									312		
		НП-3				6								312		
	Тренировочный или этап спортивной специализации (начальная специализация) (Т)	УТГ-1					12								624	
		УТГ-2						12							624	
		УТГ-3							12						624	
	Тренировочный или этап спортивной специализации (углубленная специализация) (Т)	УТГ-4									14				728	
		УТГ-5										14			728	
	совершенствование спортивного мастерства (ССМ)	ССМ-1											21		1040	
		ССМ-2												21	1040	

Наименование программы	Этап подготовки	Группа	Срок реализации программы	Максимальная недельная учебная нагрузка по годам обучения (в часах)										Годовая нагрузка	Всего часов по программе
				1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год		
Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки вид спорта «спортивная гимнастика»	Начальной подготовки (НП)	НП-1	10 лет	4,5										234	6370
		НП-2			6								312		
	Тренировочный или этап спортивной специализации (начальная специализация) (Т)	УТГ-1				10								520	
		УТГ-2					10							520	
		УТГ-3						10						520	
	Тренировочный или этап спортивной специализации (углубленная специализация) (Т)	УТГ-4							14					728	
		УТГ-5								14				728	
	совершенствование спортивного мастерства (ССМ)	ССМ-1									18			936	
		ССМ-2										18	18	936	