

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

ОГАУ «Дворец спорта «Кристалл»



О.Г. Романов

2016 г.

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной
программе в области физической культуры и спорта
по виду спорта СПОРТИВНАЯ ГИМНАСТИКА

Учебный предмет	Этапы реализации Программы										ИТОГО
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап					3 – этап совершенствования спортивного мастерства			
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год	
	Количество академических часов в неделю										
	6	9	12	14	16	18	20	24	28	28	
УП 1.1. «Теория и методика ФКиС и черлидинга»	14	20	26	29	34	38	42	50	58	58	369
УП 2.1. «Общая и специальная физическая подготовка»	50	76	76	88	100	114	126	152	176	176	1134
УП 3.1. «Избранный вид спорта»	113	168	252	294	336	378	420	504	588	588	3641
УП 4.1. «Хореография и акробатика»	50	76	100	118	134	150	168	202	236	236	1470
УП 5.1. Самостоятельная работа	25	38	50	59	68	76	84	100	118	118	736
Итого по Программе (в академических часах)	252	378	504	588	672	756	840	1008	1176	1176	7350