

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ОГАУ «Дворец спорта «Кристалл»

А.В. Коноваленко



2017 г.

**ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе  
по виду спорта ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА

Учебный предмет	Этапы реализации Программы								ИТОГО
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап				Этап спортивного совершенствования		
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	
	Количество академических часов в неделю								
УП 1.1. «Теория и методика ФКиС и тяжелой атлетики»	12	18	25	29	32	38	52	58	<b>264</b>
УП 2.1. «Общая и специальная физическая подготовка»	88	132	152	176	202	226	302	354	
УП 3.1. «Избранный вид спорта»	113	170	252	294	336	378	504	588	<b>1632</b>
УП 4.1. «Другие виды спорта и подвижные игры»	14	20	25	30	34	38	50	58	<b>2635</b>
Самостоятельная работа	25	38	50	59	68	76	100	118	<b>269</b>
<b>Итого по Программе (в академических часах)</b>	<b>252</b>	<b>378</b>	<b>504</b>	<b>588</b>	<b>672</b>	<b>756</b>	<b>1008</b>	<b>1176</b>	<b>5334</b>