"29" декабря 2007 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовке			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по ВОЛЕЙБОЛУ	1. Теоретическая подготовка	4	10	8	14	14	16	16	18	20	20
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	180	104	86	130	130	88	88	96	110	110
	специальная физическая подготовка	10	20	45	64	64	81	81	108	124	124
	техническая подготовка	80	100	72	110	110	119	119	130	150	150
	тактическая подготовка	6	14	37	56	56	68	68	103	118	118
	интегральная подготовка			26	40	40	68	68	103	118	118
	3. Соревнования	16	32	24	40	40	102	102	132	150	150
	4. Инструкторская и судейкая практика	8	16				10	10	16	20	20
	5. Восстановительные мероприятия						52	52	104	104	104
	6. Контрольные нормативы	8	16	14	14	14	20	20	22	22	22
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	624	624	832	936	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	12	12	16	18	18

М.П.

Директор МАУ ДОД ДЮСШ Е.Г. Ниязова

МАУ ДОД "ДЮСШ" Тобольского района

"29" декабря 2007 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовке			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по БАСКЕТБОЛУ	1. Теоретическая подготовка	8	8	8	15	18	24	24	25	30	30
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	110	110	110	130	123	100	90	95	70	70
	специальная физическая подготовка	59	59	59	70	70	90	90	135	152	152
	техническая подготовка	70	70	70	100	100	110	110	139	180	180
	тактическая подготовка	25	25	25	43	43	80	80	124	154	154
	интегральная подготовка	30	30	30	65	65	70	70	100	128	128
	3. Углубленное медицинское обследование					4	6	6	6	6	6
	4. Инструкторская и судейкая практика						40	45	54	56	56
	5. Восстановительные мероприятия						40	45	54	56	56
	6. Контрольные нормативы	10	10	10	15	15	18	18	20	20	20
	7. Контрольные и календарные игры				30	30	46	46	80	84	84
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	624	624	832	936	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	12	12	16	18	18

М.П.

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова

"29" декабря 2007 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовке			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ	1. Теоретическая подготовка	17	17	17	20	20	25	25	25	30	30
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	176	176	176	259	259	336	336	343	310	300
	специальная физическая подготовка	60	60	60	100	100	130	130	190	284	350
	техническая подготовка	40	40	40	60	60	70	70	70	70	70
	интегральная подготовка	15	15	15	25	25	35	35	50	80	110
	3. Углубленное медицинское обследование	4	4	4	4	4	8	8	8	8	11
	4. Инструкторская и судейкая практика								12	20	20
	5. Восстановительные мероприятия						20	20	30	30	45
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	624	624	728	832	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	12	12	14	16	18

М.П.

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова

"11" сентября 2010 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки		
		Группы начальной подготовки		
		1 год	2 год	3 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей "ИГРАЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ"	1. Теоретическая подготовка	17	17	20
	2. Практическая подготовка:			
	общая физическая подготовка	148	128	108
	специальная физическая подготовка	72	92	109
	техническая подготовка	69	69	69
	3. Соревнования	2	2	2
	4. Углубленное медицинское обследование	Вне сетки часов		
	5. Инструкторская и судейская практика			
	6. Восстановительные мероприятия			
	7. Контрольные нормативы	4	4	4
	ИТОГО:	312	312	312
	Недельная нагрузка	6	6	6

М.П.

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова

"04" февраля 2013 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по ФУТБОЛУ	1. Теоретическая подготовка	6	6	6	10	10	20	20	32	32	32
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	194	194	194	291	291	412	374	240	240	240
	специальная физическая подготовка	49	49	49	73	73	136	382	572	572	572
	3. Углубленное медицинское обследование	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6
	4. Инструкторская и судейкая практика	4	4	4	8	8	12	12	18	18	18
	5. Восстановительные мероприятия	36	36	36	54	54			26	26	26
	6. Контрольные нормативы	4	4	4	8	8	12	12	12	12	12
	7.Участие в соревнованиях	15	15	15	20	20	28	28	30	30	30
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	624	832	936	936	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	12	16	18	18	18

М.П. Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г.Ниязова

МАУ ДОД "ДЮСШ" Тобольского района

"04" февраля 2013 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по БОКСУ	1. Теоретическая подготовка	6	6	6	6	6	22	22	24	24	24
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	116	116	178	249	249	256	302	230	218	390
	специальная физическая подготовка	58	58	60	90	90	142	168	230	262	244
	технико-тактическая подготовка	24	24	64	117	117	174	206	312	396	346
	3. Соревнования						6	6	8	8	8
	4. Углубленное медицинское обследование	вне сетки часов									
	5. Инструкторская и судейская практика						4	4	6	6	6
	6. Восстановительные мероприятия						8	8	10	10	10
	7. Контрольные нормативы	4	4	4	6	6	12	12	12	12	12
	ИТОГО:	208	208	312	468	468	624	728	832	936	1040
	Недельная нагрузка	4	4	6	9	9	12	14	16	18	20

М.П. МАУ ДОД "ДЮСШ" Тобольского района

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова

"04" февраля 2013 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ	1. Теоретическая подготовка	24	24	26	28	30	32	42	54	68	68
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	168	168	156	182	172	154	154	132	142	108
	специальная физическая подготовка	56	56	54	138	138	142	168	138	198	202
	техническая подготовка	32	30	40	78	72	80	96	108	126	152
	3. Соревнования	10	12	12	16	22	24	24	48	48	48
	4. Углубленное медицинское обследование	вне сетки часов									
	5. Инструкторская и судейская практика	6	6	8	8	8	10	10	12	14	16
	6. Восстановительные мероприятия	10	10	10	10	14	16	16	16	16	16
	7. Контрольные нормативы	6	6	6	8	10	10	10	12	12	14
	ИТОГО:	312	312	312	468	466	468	520	520	624	624
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	9	10	10	12	12

М.П.

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова

"04" февраля 2013 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по ШАХМАТАМ	1. Теоретическая подготовка	76	76	76	110	110	111	151	201	277	302
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	53	53	53	101	101	102	112	117	120	124
	специальная физическая подготовка	171	171	171	238	238	285	338	384	409	482
	3. Соревнования	7	7	7	12	12	16	16	20	20	22
	4. Инструкторская и судейская практика	3	3	3	5	5	4	5	4	4	4
	5. Восстановительные мероприятия										
	6. Контрольные нормативы	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	520	624	728	832	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	10	12	14	16	18

М.П. МАУ ДОД "ДЮСШ" Тобольского района

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова

"04" февраля 2013 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по БИАТЛОНУ	1. Теоретическая подготовка	17	17	17	20	20	25	25	25	30	30
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	172	172	172	255	251	328	324	331	298	288
	специальная физическая подготовка	60	60	60	100	100	130	130	190	284	350
	техническая подготовка	40	40	40	60	60	70	70	70	70	70
	стрелковая подготовка	15	15	15	43	84	118	118	230	230	230
	3. Соревнования	4	4	4	4	4	8	8	8	8	11
	4. Углубленное медицинское обследование	вне сетки часов									
	5. Инструкторская и судейская практика								12	20	20
	6. Восстановительные мероприятия						20	20	30	30	45
	7. Контрольные нормативы	4	4	4	4	8	8	12	12	12	12
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	624	624	728	936	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	12	12	14	18	18

М.П.

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова

"04" февраля 2013 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа " Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ	1. Теоретическая подготовка	6	6	6	10	10	20	20	32	32	32
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	214	214	214	321	321	292	346	240	240	240
	специальная физическая подготовка	65	65	65	97	97	236	382	562	562	562
	интегральная подготовка	15	15	15	20	20	28	28	30	30	30
	3. Соревнования	4	4	4	8	8	12	12	12	12	12
	4. Углубленное медицинское обследование	вне сетки часов									
	5. Инструкторская и судейская практика	4	4	4	8	8	12	12	18	18	18
	6. Восстановительные мероприятия						20	28	36	36	36
	7. Контрольные нормативы	4	4	4	4	4	4	4	6	6	6
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	624	832	936	936	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	12	16	18	18	18

М.П.

Российская Федерация Тюменская область Муниципальное автономное дополнительного образования детей Детско-юношеская спортивная школа Тобольского района
МАУ ДОД "ДЮСШ" Тобольского района

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г.Ниязова

"04" февраля 2013 г.

Учебный план

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей "Детско-юношеская спортивная школа" Тобольского района

Наименование программы	Дисциплины	Объем учебной нагрузки									
		Спортивно-оздоровительные группы		Группы начальной подготовки			Учебно-тренировочные группы				
		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	9 год	10 год
Модифицированная программа дополнительного образования детей и подростков по НАСТОЛЬНОМУ ТЕННИСУ	1. Теоретическая подготовка	22	22	12	20	20	22	22	26	26	26
	2. Практическая подготовка:										
	общая физическая подготовка	94	92	140	140	140	76	76	88	88	88
	специальная физическая подготовка	92	92	30	128	124	92	92	148	148	148
	техническая подготовка	80	80	100	142	142	368	368	556	556	556
	3. Соревнования	10	12	14	16	18	20	20	26	26	26
	4. Углубленное медицинское обследование	вне сетки часов									
	5. Инструкторская и судейская практика	10	10	12	14	16	18	18	30	30	30
	6. Восстановительные мероприятия						18	18	50	50	50
	7. Контрольные нормативы	4	4	4	8	8	10	10	12	12	12
	ИТОГО:	312	312	312	468	468	624	624	936	936	936
	Недельная нагрузка	6	6	6	9	9	12	12	18	18	18

М.П.

МАУ ДОД "ДЮСШ" Тобольского района

Директор МАУ ДОД "ДЮСШ" Е.Г. Ниязова