



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДО ДЮСШ ЗВС

С.В. Понеделко

09

2020 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (46)
на 2020 – 2021 учебный год
Общеобразовательная дополнительная
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
по виду спорта: **сноуборд**

| № п/п | Разделы подготовки Предметные области | Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана | Этапы подготовки |
|---|--|--|--------------------------------|
| | | | Спортивно-оздоровительный этап |
| | | | Весь период |
| 1 | Теория и методика физической культуры и спорта | от 5% до 10% | 14 |
| 2 | Общая физическая подготовка | от 20% до 25% | 67 |
| 3 | Избранный вид спорта (специализированная работа – специальная физическая подготовка, тренировочные сборы, соревнования) | не менее 45% | 125 |
| 4 | Другие виды спорта и подвижные игры (игровые виды, командные игровые, спортивные единоборства, сложно-координационные) | от 5% до 10% | 14 |
| 5 | Технико-тактическая и психологическая подготовка | от 10% до 15% | 28 |
| 6 | Самостоятельная работа осуществляется в рамках предметных областей | 10% от общего объема учебного плана (проходит в виде индивидуальных занятий, в каникулярное время, время отпусков и командировок тренера-преподавателя) | 28 |
| 7 | Текущая, промежуточная, итоговая аттестация | часы вырабатываются в рамках предметных областей | |
| Учебная нагрузка в неделю, часов | | | 6 |
| Общее количество часов | | | 276 |