

"Утверждаю"
Директор МБОУ ДОД "ДЮОЦ"
_____ С.Н.Котова
"29" августа 2014 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МБОУ ДОД "Детско-юношеского центра" *отделения волейбола* на 2014-2015 уч. год

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки			
		Начальной подготовки			
		ГНП -1 (6 ч.)	ГНП -1 (6 ч.)	ГНП-2 (9ч.)	ГНП-3 (9ч.)
1.	Теоретическая подготовка	8	8	14	14
2.	Общая физическая подготовка	86	86	132	132
3.	Специальная физическая подготовка	45	45	64	64
4.	Техническая подготовка	72	72	108	108
5.	Тактическая подготовка	37	37	56	56
6.	Интегральная подготовка	26	26	40	40
7.	Инструкторская и судейская практика				
8.	Участие в соревнованиях	24	24	40	40
9.	Контрольные испытания	14	14	14	14
	Итого часов:	312	312	468	468

Зам. директора по УВР _____ С.Н. Селихова

"Утверждаю"
 Директор МБОУ ДОД "ДЮОЦ"
 _____ С.Н.Котова
 "29"августа 2014 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МБОУ ДОД "Детско-юношеского центра" по настольному теннису на 2014-2015 уч. год

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки			
		Начальной подготовки			
		ГНП -1 (6 ч.)	ГНП -1 (6 ч.)	ГНП-1 (6 ч.)	ГНП- 1 (6 ч.)
1.	Теоретическая подготовка	10	10	10	10
2.	Общая физическая подготовка	87	87	87	87
3.	Специальная физическая подготовка	58	58	58	58
4.	Техническая подготвка	73	73	73	73
5.	Тактическая подготовка	29	29	29	29
6.	Игровая подготовка	29	29	29	29
7.	Медицинское обследование	4	4	4	4
8.	Участие в соревнованиях	14	14	14	14
9.	Контрольные испытания	8	8	8	8
	Итого часов:	312	312	312	312

Зам. директора по УВР _____ С.Н. Селихова

"Утверждаю"
Директор МБОУ ДОД " ДЮЦ"
_____ С.Н. Котова
"29" августа 2014 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей
"Детско-юношеского центра" отделения самбо на 2014-2015 учебный год**

№ п/п	Раздел подготовки	Этапы подготовки			Учебно-тренир.
		Спорт-озд.	Начальной подготовки		
		СОГ-3г.обуч	НП-3г.обуч	УТГ-1г.обуч	УТГ-2г.обуч
1.	Теоретическая подготовка	8	16	22	22
2.	Общая физическая подготовка	120	126	130	130
3.	Специальная физическая подготовка	54	84	115	115
4.	Технико-тактическая подготовка	102	172	243	243
5.	Психологическая подготовка	6	14	24	24
6.	Контрольные соревнования	6	16	20	20
7.	Инструкторская и судейская практика			6	6
8.	Контрольно-переводные испытания	10	12	14	14
9.	Восстановительные мероприятия		18	40	40
10.	Медицинское обследование	6	10	10	10
Общее количество часов:		312	468	624	624

Зам. директора по УВР _____ С.Н. Селихова

"Утверждаю"
 Директор МБОУ ДОД " ДЮЦ"
 _____ С.Н. Котова
 " ____ " _____ 2014 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей
 "Детско-юношеского центра" отделения самбо на 2014-2015 учебный год**

№ п/п	Раздел подготовки	Этапы подготовки			Учебно-тренир.
		Спорт-озд.	Начальной подготовки		
		СОГ-3г.обуч	НП-3г.обуч	УТГ-1г.обуч	УТГ-2г.обуч
1.	Теоретическая подготовка	8	16	22	22
2.	Общая физическая подготовка	120	126	130	130
3.	Специальная физическая подготовка	54	84	115	115
4.	Технико-тактическая подготовка	102	172	243	243
5.	Психологическая подготовка	6	14	24	24
6.	Контрольные соревнования	6	16	20	20
7.	Инструкторская и судейская практика			6	6
8.	Контрольно-переводные испытания	10	12	14	14
9.	Восстановительные мероприятия		18	40	40
10.	Медицинское обследование	6	10	10	10
Общее количество часов:		312	468	624	624

Зам. директора по УВР _____ С.Н. Селихова