

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН МУ ДО "ДЮСШ г. Катав-Ивановска" на 2018-2019 уч.год
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ (38 нед/год)**

Отделение, этапы подготовки	Количество групп	Количество ч/нед. на группу	Количество уч. недель в год	Количество часов в год								
				Теоретическая подготовка	ОФП	СФП	Техническая подготовка	Участие в соревнованиях	Восстановительные меропр	Инструкторская практика	Контрольно-пер испытания	ИТОГО
ОТДЕЛЕНИЕ ДЗЮДО												
Спортивно-оздоровительный этап (до 8 лет)	3	3	38	6	66	28	10	0	0	0	4	114
Спортивно-оздоровительный этап (8-9 лет)	3	6	38	8	126	62	26	0	0	0	6	228
Спортивно-оздоровительный этап (10-18 лет)	3	6	38	10	114	62	36	0	0	0	6	228

ОТДЕЛЕНИЕ ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ												
Спортивно-оздоровительный этап (8-18 лет)	4	6	38	10	134	45	35	0	0	0	4	228
ОТДЕЛЕНИЕ БОКСА												
Спортивно-оздоровительный этап (до 8 лет)	2	3	38	6	66	28	10	0	0	0	4	114
Спортивно-оздоровительный этап (8-9 лет)	3	6	38	8	126	62	26	0	0	0	6	228
Спортивно-оздоровительный этап (10-18 лет)	1	6	38	14	94	70	44	0	0	0	6	228

УЧЕБНЫЙ ПЛАН МУ ДО "ДЮСШ г. Катав-Ивановска" на 2018-2019 уч.год
ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ (46 нед/год)

Отделение, этапы подготовки	Количество групп	Количество ч/нед. на группу	Количество часов в год						ИТОГО
			Теоретическая подготовка	ОФП	Избранный вид спорта	Другие виды спорта и подвиж.игры	Технико-тактическая	Самостоятельная работа	
ОТДЕЛЕНИЕ ДЗЮДО									
Этап начальной подготовки 1 года обучения	1	8	18	92	166	44	30	18	368
Тренировочный этап 2 года обучения	1	12	28	121	264	83	28	28	552
Тренировочный этап 4 года обучения	1	14	32	129	322	97	32	32	644
ОТДЕЛЕНИЕ ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ									
Этап начальной подготовки 1 года обучения	1	6	14	97	124	33	0	8	276
Этап начальной подготовки 2 года обучения	1	8	18	118	166	48	0	18	368
ОТДЕЛЕНИЕ БОКСА									
Этап начальной подготовки 2 года обучения	2	8	18	92	166	44	30	18	368
Тренировочный этап 2 года обучения	2	12	28	121	265	83	28	28	552
Тренировочный этап 5 года обучения	2	16	37	147	368	110	37	37	736