



Утверждаю:
Директор МБОУ ДО
Курагинской ДЮСШ
В.С. Авербах
Пр. № 61 от 27.08.2019

Учебный план
по общеразвивающей программе на 39 недель
учебно-тренировочных занятий
МБОУ ДО Курагинской ДЮСШ на 2019 – 2020 учебный год

Образовательные компоненты	Спортивно оздоровительная группа
Теоретическая подготовка	4
Физкультура и спорт в обществе. Социальное значение спорта.	1
Сведения о строении и функциях организма. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль.	3
Игровая деятельность	120
Подвижные игры	42
Эстафеты	34
Элементы спортивных игр	44
Спортивно-оздоровительные упражнения	110
Гимнастика, акробатика	40
Легкая атлетика	30
Лыжная подготовка	40
Максимальный объем нагрузки в год	234
Максимальный объем учебной нагрузки учащегося при 6 дневной учебной недели	6
Количество групп	4
Всего часов в неделю (с учетом соединения групп)	24
Количество детей всего	60
Итого часов по школе:	в неделю 24 в год 936

