



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ СШ № 19

Т.А.Мелких

Приказ № 43-О от 02.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
образовательной программы базового уровня обучения
в области физической культуры и спорта
по виду спорта «киокусинкай»

на 2021-2022 учебный год

Муниципального бюджетного учреждения
спортивной школы № 19 «Детский стадион»

г. Екатеринбург, 2021 г

Режим функционирования.

1. Организация тренировочного и образовательного процессов регламентируется календарным учебным графиком, расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются учреждением самостоятельно.

2. Продолжительность учебного года составляет 44 недели, из них нерабочих праздничных - 14 дней. Продолжительность каникул 8 недель.

3. Продолжительность учебной недели - шестидневная. Продолжительность занятия не должна превышать 2 академических часа (академический час- 45 минут).

4. Непрерывность освоения обучающимися дополнительной предпрофессиональной программы базового уровня в области физической культуры и спорта по виду спорта «киокусинкай» в каникулярный период может обеспечиваться пребыванием в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях, а также самостоятельной работой обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

5. Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- тренировочные занятия с группой (подгруппой), сформированной с учетом избранного вида спорта, возрастных и особенностей обучающихся;
- индивидуальные тренировочные занятия, проводимые согласно учебным планам с одним или несколькими обучающимися, объединенными для подготовки к выступлению на спортивных соревнованиях в пару или группу;
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам;
- участие в показательных выступлениях;
- участие в спортивных соревнованиях и спортивных – массовых мероприятиях;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся в форме прохождения практических контрольных испытаний по ОФП и СФП.

Учебный план

	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Распределение по годам обучения					
			1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год	6-й год
	Общий объем часов	1 848	168	252	252	336	420	420
1	Обязательные предметные области							
1.1.	Теоретические занятия	185	17	25	25	34	42	42
1.2.	Практические занятия (тренировочные занятия - ОФП, физкультурные и спортивные мероприятия)	496	50	76	76	84	105	105
1.3.	Вид спорта	554	50	76	76	100	126	126
2	Вариативные предметные области							
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	235	25	38	38	50	42	42
2.2	Акробатика	195	9	13	13	34	63	63
2.3	Специальные навыки	92	9	12	12	17	21	21
2.4.	Спортивное и специальное оборудование	91	8	12	12	17	21	21