**Учебный план ГБУ ДО КК ДЮСШ на 2021/2022 уч. год**

**(общеразвивающая программа)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид подготовки** | **Общее кол-во часов** | **Уровень подготовки** |
| **1** | **2** | **3** |
| **Год обучения** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| Теоретическая | **106** | 8 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 12 | 12 | 14 | 14 |
| Физическая: | **1000** | 120 | 120 | 120 | 100 | 100 | 100 | 90 | 90 | 80 | 80 |
| - общая | **645** | 90 | 90 | 90 | 65 | 65 | 65 | 50 | 50 | 40 | 40 |
| - специальная | **355** | 30 | 30 | 30 | 35 | 35 | 35 | 40 | 40 | 40 | 40 |
| Техническая | **600** | 70 | 70 | 70 | 60 | 60 | 60 | 55 | 55 | 50 | 50 |
| Тактическая | **350** | 20 | 20 | 20 | 34 | 34 | 34 | 41 | 41 | 53 | 53 |
| Игровая | **300** | 40 | 36 | 32 | 30 | 30 | 30 | 28 | 28 | 23 | 23 |
| Контрольные и календарные игры(кол-во / часы) | **140/280** | 6/12 | 8/16 | 10/20 | 14/28 | 14/28 | 14/28 | 17/34 | 17/34 | 20/40 | 20/40 |
| Инструкторская и судейская практика | **64** | - | - | - | 8 | 8 | 8 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Контрольные испытания | **100** | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| Учебно-тренировочные / учебно-оздоровительные сборы(кол-во) | **7/10** | -/1 | -/1 | -/1 | 1/1 | 1/1 | 1/1 | 1/1 | 1/1 | 1/1 | 1/1 |
| Общее кол-во часов | **2800** | **280** | **280** | **280** | **280** | **280** | **280** | **280** | **280** | **280** | **280** |

Ст. инструктор-методист Е.Ю. Барсукова