



Утверждает

Директор МБОУ ДО СШ УГО

В.В. Дербуш

2023г.

**Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
по адаптивной физической культуре**

Разделы подготовки	Стартовый уровень сложности		Базовый уровень сложности	
	Общее количество часов	Форма контроля	Общее количество часов	Форма контроля
<b>Теоретическая подготовка</b>	10	опрос	10	опрос
<b>Практическая подготовка</b>				
Общая физическая подготовка	90	Педагогический контроль	90	Педагогический контроль
Специальная физическая подготовка	84	Педагогический контроль, открытое занятие	84	Педагогический контроль, открытое занятие
<b>Общее объем часов</b>	184	-	184	-

Утверждает

## Директор МБОУ ДО СШ УГО

В.В. Дербуш  
2023г.

2023 г.

## Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по гимнастике стартового уровня сложности

Разделы подготовки	Стартовый уровень сложности	
	Общее количество часов	Форма контроля
<b>Теоретическая подготовка</b>	10	опрос
<b>Практическая подготовка</b>		
Общая физическая подготовка	70	Педагогический контроль
Специальная физическая подготовка	64	Педагогический контроль, открытое занятие
<b>Общее объем часов</b>	144	-



**Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе с элементами  
единоборств стартового уровня сложности**

№	раздел подготовки	стартовый уровень сложности	
		Всего часов	Форма контроля
1.	Теоретическая подготовка	4	опрос
2.	Общефизическая подготовка	70	педконтроль
3.	Избранный вид спорта	70	педконтроль
	Общий объем часов	144	



**Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
по катанию на коньках**

Разделы подготовки	Стартовый уровень сложности	
	Общее количество часов	Форма контроля
<b>Теоретическая подготовка</b>	10	опрос
<b>Практическая подготовка</b>		
Общая физическая подготовка	70	Педагогический контроль
Избранный вид спорта	64	Педагогический контроль
<b>Общее объем часов</b>	<b>144</b>	-

Утверждает  
Директор МБОУ ДО СШ УГО  
В.В.Дербуш  
«01» 09 2023 г.



Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности по общефизической подготовке

Разделы подготовки	Стартовый уровень сложности		Базовый уровень сложности	
	Общее количество часов	Форма контроля	Общее количество часов	Форма контроля
<b>Теоритическая подготовка</b>	10	опрос	10	опрос
<b>Практическая подготовка</b>				
Общая физическая подготовка	90	Педагогический контроль	90	Педагогический контроль
Специальная физическая подготовка	84	Педагогический контроль, открытое занятие	84	Педагогический контроль, открытое занятие
<b>Общее объём часов</b>	<b>184</b>		<b>184</b>	



Утверждает  
разовыми  
по различным видам спорта  
Директор МБОУ ДО СШ УГО  
В.В. Дербуш  
МБОУ  
СШ  
«Сокол»  
2023г.

# Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по плаванию

Разделы подготовки	Стартовый уровень сложности	
	Общее количество часов	Форма контроля
<b>Теоретическая подготовка</b>	10	опрос
<b>Практическая подготовка</b>		
Общая физическая подготовка	70	Педагогический контроль
Избранный вид спорта	64	Педагогический контроль
<b>Общее объем часов</b>	<b>144</b>	-



**Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
по спортивным играм**

Разделы подготовки	Стартовый уровень сложности	
	Общее количество часов	Форма контроля
<b>Теоретическая подготовка</b>	10	опрос
<b>Практическая подготовка</b>		
Общая физическая подготовка	70	Педагогический контроль
Избранный вид спорта	64	Педагогический контроль
<b>Общее объем часов</b>	<b>144</b>	