

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
ЕМЕЛЬЯНОВСКОГО РАЙОНА
(МБОУ ДО «ДЮСШ» Емельяновского района)



Учебная нагрузка по видам спорта на 2019-2020 учебный год

Волейбол

показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					общеразвивающая (2 года обучения)
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2г.о.	3-4г.о.	5-6г.о.	1-2г.о.	3-4г.о.	
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю	6	8	9	10	12	4-6
кол-во занятий в неделю	3	4	3-4	4-5	5-6	3-6
общее кол-во часов в год	258	344	387	430	516	172-258
общее кол-во занятий в год	129	172	129-172	172-215	215-258	129-258
возраст для зачисления	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	8-17
количественный состав групп	15-25	15-25	12-22	10-20	10-20	15-25
	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятия 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.					1 занятие до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся (СанПиН 2.4.4.3172-14)
	между занятиями перерыв не менее 10 минут					

Футбол

показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					общеразвивающая (2 года обучения)
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2г.о.	3-4г.о.	5-6г.о.	1-2г.о.	3-4г.о.	
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю	6	8	9	10	12	4-6
кол-во занятий в неделю	3	4	3-4	4-5	5-6	3-6
общее кол-во часов в год	258	344	387	430	516	172-258
общее кол-во занятий в год	129	172	129-172	172-215	215-258	129-258
возраст для зачисления	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	7-8
количественный состав групп	15-25	15-25	12-22	10-20	10-20	15-25
	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятия 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.					1 занятие до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся (СанПиН 2.4.4.3172-14)

между занятиями перерыв не менее 10 минут						
Баскетбол						
показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2г.о.	3-4г.о.	5-6г.о.	1-2г.о.	3-4г.о.	
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю	6	8	9	10	12	
кол-во занятий в неделю	3	4	3-4	4-5	5-6	
общее кол-во часов в год	258	344	387	430	516	
общее кол-во занятий в год	129	172	129-172	172-215	215-258	
возраст для зачисления	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17	
количественный состав групп	15-20	15-20	12-22	10-20	10-20	
	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятия 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.					
между занятиями перерыв не менее 10 минут						

Бокс						
показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					общеразвивающая (3 года обучения)
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2г.о.	3-4г.о.	5-6г.о.	1-2г.о.	3-4г.о.	
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю	6	8	9	10	12	4-6
кол-во занятий в неделю	3	4	3-4	4-5	5-6	3-6
общее кол-во часов в год	258	344	387	430	516	172-258
общее кол-во занятий в год	129	172	129-172	172-215	215-258	129-258
возраст для зачисления	10-11	12-13	14-15	16-17	18-19	7-9
количественный состав групп	15-25	15-25	12-22	10-20	10-20	10-16
	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятия 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.					1 занятие до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся (СанПин 2.4.4.3172-14)
между занятиями перерыв не менее 10 минут						

Дзюдо						
показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					общеразвивающая (2 года)
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2г.о.	3-4г.о.	5-6г.о.	1-2г.о.	3-4г.о.	
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю	6	8	10	12	14	4-6
кол-во занятий в неделю	3	4	3-4	4-5	5-6	3-6
общее кол-во часов в год	258	344	430	516	602	172-258
общее кол-во занятий в год	129	172	129-172	215-258	215-258	129-258
возраст для зачисления	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	7-8
количественный состав групп	15-25	15-25	12-22	10-20	10-20	15-25

	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятие 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.	1 занятие до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся (СанПиН 2.4.4.3172-14)
между занятиями перерыв не менее 10 минут		

Спортивный туризм

показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					общеразвивающая (1 год)
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2.г.о.	3-4.г.о.	5-6.г.о.	1-2.г.о.	3-4.г.о.	1 год
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю	6	8	10	12	14	6
кол-во занятий в неделю	3	4	3-4	4-5	5-6	3
общее кол-во часов в год	258	344	430	516	602	258
общее кол-во занятий в год	129	172	129-172	215-258	215-258	129
возраст для зачисления	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	с 9 до 18
количественный состав групп	14-25	10-25	10-22	10-20	10-20*	12-20
	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятие 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.					1 занятие до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся (СанПиН 2.4.4.3172-14)
между занятиями перерыв не менее 10 минут						

Лыжные гонки

показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					общеразвивающая (1 год)
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2.г.о.	3-4.г.о.	5-6.г.о.	1-2.г.о.	3-4.г.о.	1 год
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю	6	8	8	10	12	6
кол-во занятий в неделю	3	4	4	4-5	5-6	3
общее кол-во часов в год	258	344	344	430	516	258
общее кол-во занятий в год	129	172	172	172-215	215-258	129
возраст для зачисления	9-10	11-12	13-14	15-16	17-18	с 8 до 17
количественный состав групп	10-20	10-20	10-20	5-10	10-20	10-20
	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятие 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.					1 занятие до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся (СанПиН 2.4.4.3172-14)
между занятиями перерыв не менее 10 минут						

Регби

показатель учебной нагрузки	предпрофессиональная					общеразвивающая (1 год)
	уровни сложности					
	базовый			углубленный		
	1-2.г.о.	3-4.г.о.	5-6.г.о.	1-2.г.о.	3-4.г.о.	1 год
43 учебных недели						
кол-во часов в неделю						6

кол-во занятий в неделю						3
общее кол-во часов в год						258
общее кол-во занятий в год						129
возраст для зачисления						9-15
количественный состав групп						10-20
	1 занятие 45 минут, допускается объединение 1 занятия 90 минут, с 3.г.о. 1 занятие допускается до 135 минут.				1 занятие до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся (СанПин 2.4.4.3172-14)	
номер занятия и программы (по номеру 10 минут)						