

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

Утверждаю

Директор МБОУ ДО «ДЮСШ»

Емельяновского района

А.А. Профимов



Учебный план
по образовательной программе базового уровня
в области физической культуры и спорта
по виду спорта «Дзюдо»



План учебного процесса МБОУ ДО "ДЮСШ" Емельяновского района на 2019-2020 учебный год

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

№ п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки (в часах) (А)	Общий объем учебной нагрузки (в часах) (Б)	Общий объем учебной нагрузки (в часах) (С)	Распределение по годам обучения		
					1-2 год	3-4-й год	5-6-й год (В)
1	2	3			9	10	13
	Общий объем часов	1892	1978	2064	258	344	430
1	Обязательные предметные области	1182	1198	1250	141	225	259
					10%	10%	10%
1.1	Теоретические основы ФК и С	186	194	204	25	34	43
	ОФП				25%	30%	20%
1.2	ОФП	512	496	512	65	105	86
					20%	25%	30%
1.3	Вид спорта	484	508	534	51	86	130
2.	Вариативные предметные области	710	780	814	117	119	171
					15%	10%	5%
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	214	186	188	39	34	21
					15%	10%	5%
2.2	Развитие творческого мышления	214	186	188	39	34	21
					5%	5%	10%
2.3	Национальный региональный компонент	94	136	146	13	17	43
					5%	5%	10%
2.4	Специальные навыки	94	136	146	13	17	43
					5%	5%	10%
2.5	Спортивное и специальное оборудование	94	136	146	13	17	43
					250	336	422
3.	Теоретические занятия	186	194	204	25	34	43
4.	Практические занятия	1546	1620	1682	209	282	350
4.1	Тренировочные мероприятия	1146	1194	1246	161	210	252
4.2	Физкультурные и спортивные мероприятия	256	266	276	36	42	60
4.3	Иные виды практических занятий	144	160	160	12	30	38
5.	Самостоятельная работа	88	92	106	12	16	25
6.	Текущий контроль	48	48	48	8	8	8
7.	Аттестация	24	24	24	4	4	4
7.1	Промежуточная аттестация	20	20	20	4	4	4
7.2	Итоговая аттестация	4	4	4			4