

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ГУДО «ОСЦЮСШОР по
 лыжному спорту»

« 21 » _____ 2016 г.
 Д.А. Бушмакин



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
 государственного учреждения дополнительного образования
 «Областная специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва по лыжному спорту»
 на 2016-2017 учебный год

Образовательная программа	Разделы подготовки	Этапы подготовки							
		Начальная подготовка (НП)			Тренировочный (Т)				
		Год обучения/кол-во часов в неделю			Год обучения/кол-во часов в неделю				
		1 год/ 6 час	2 год/ 8 час	3 год/ 8 час*	1 год/ 12 час	2 год/ 12 час	3 год/ 14 час	4 год/ 14 час	5 год/ 14 час
		Кол-во часов в год			Кол-во часов в год				
Дополнительная предпрофессиональная программа по циклическим, скоростно-силовым видам спорта и многоборьям	1. Теория и методика физической культуры и спорта	25	33	33	50	50	58	58	58
	2. Общая физическая подготовка	88	117	117	176	176	205	205	205
	3. Избранный вид спорта	114	153	153	228	228	267	267	267
	4. Другие виды спорта и подвижные игры	25	33	33	50	50	58	58	58
	Всего:	252	336	336	504	504	588	588	588

*Обучение на этапе начальной подготовки 3 г.об. осуществляется на отделении горнолыжного спорта.