

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

2021 - 2022

учебный год

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

**Наполняемость учебных групп
и объемы учебной нагрузки**

Направленность	Срок обучения	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав группы (чел.)	Объем учебной нагрузки (ч/нед.)
1	2	3	4	5
Физкультурно-спортивная	1 год	10	20	3,5
Техническая	1 год	10	25	3

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«АЗБУКА ФУТБОЛА»	46	15	31
2.	«ДВИГАЕМСЯ ДАЛЬШЕ»	47	15,5	31,5
3.	«ЗАКРЕПЛЕНИЕ НАВЫКОВ»	47	16,5	30,5
	ИТОГО	140	47	93

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Повторение – мать учения»	46	13,2	32,8
2.	«В здоровом теле здоровый дух»	47	13	34
3.	«Закрепление навыков».	47	12,4	34,6
	ИТОГО:	140	38,6	101,4

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Тяжело в учении – легко в бою»	46	12,4	33,6
2.	«Быстрее, выше, сильнее»	47	13,6	33,4
3.	«Закрепление навыков».	47	13,2	33,8
	ИТОГО	140	39,2	100,8

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Подвижные игры с элементами баскетбола	46	21,5	24,5
2.	Общая физическая и специальная физическая подготовка юного баскетболиста	46	12,5	33,5
3.	Техническая и тактическая подготовка юного баскетболиста	48	11	37
	ИТОГО	140	45	95

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основа баскетбола	46	15	31
2.	Техника игры в баскетбол	46	15	31
3.	Баскетбол – командная игра	48	13	35
	ИТОГО	140	43	97

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Баскетбол»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Быстрый...Сильный...Л овкий...	46	15	31
2.	«Движение вверх» юного баскетболиста	46	15	31
3.	Стритбол – брат баскетбола	48	13	35
	ИТОГО	140	43	97

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Самбо»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Общая физическая подготовка	42	1	41
2.	Гимнастика	26	1	25
3.	Подвижные игры	23		23
4.	Самбо	49	1	48
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	3	137

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Самбо»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	К основам единоборства	54	18	36
2.	Самбо. «Всё дело в технике!»	44	15,5	28,5
3.	Первые шаги в мир дзюдо	42	12,5	29,5
	ИТОГО	140	46	94

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Самбо»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	К основам единоборства	54	18	36
2.	Самбо. Всё дело в технике и тактике!	44	15,5	28,5
3.	«Самбо, дзюдо и поясная борьба»	42	13	29
	ИТОГО:	140	46,5	93,5

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Пауэрлифтинг»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Пришел, увидел, победил»	35	11,2	23,8
2.	«Сильные духом»	35	11	24
3.	«Путь к совершенству»	35	11	24
4.	«Богатырская слобода»	35	11	24
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	44,2	95,8

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Пауэрлифтинг»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Сила в спорте и единстве»	35	11,2	23,8
2.	«Быстрее, выше, сильнее»	35	11	24
3.	«Крепыши»	35	11	24
4.	«Юные чемпионы»	35	11	24
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	44,2	95,8

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Пауэрлифтинг»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Пришел, увидел, победил»	35	11,2	23,8
2.	«Сильные духом»	35	11	24
3.	«Путь к совершенству»	35	11	24
4.	«Богатырская слобода»	35	11	24
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	44,2	95,8

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Шашки»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Шашки. Правила игры.	40	20	20
2.	От дебюта до эндшпиля.	75	24	51
3.	Турниры.	25	4	21
	ИТОГО:	140	49	91

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Шахматы»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Шахматы. Правила игры»	40	25	15
2.	«От дебюта до эндшпиля»	75	20	55
3.	«Турниры»	25	4	21
	ИТОГО:	140	49	91

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Азбука волейбола»	46	16,5	29,5
2.	«Игра по правилам»	47	15,5	31,5
3.	«Закрепление навыков»	47	14	33
	ИТОГО:	140	46	94

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Азбука волейбола»	46	16,5	29,5
2.	«Игра по правилам»	47	15,5	31,5
3.	«Закрепление навыков»	47	14	33
ИТОГО:		140	46	94

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Азбука волейбола»	46	16,5	29,5
2.	«Двигаемся дальше»	47	15,5	31,5
3.	«Закрепление навыков»	47	14	33
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	46	94

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Бокс»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Азбука бокса	42	13,5	28,5
2.	Ловкий боксер – умелый боксер	26	11	15
3.	В здоровом теле – здоровый дух	23	6	17
4.	Техника и тактика бокса	49	13	36
	ИТОГО:	140	43,5	96,5

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г..

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Бокс»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основы бокса	42	13,5	28,5
2.	Ловкость боксера – залог успеха	26	11	15
3.	В здоровом теле – здоровый дух	23	6	17
4.	Закрепление техники и тактики бокса	49	13	36
	ИТОГО:	140	140	43,5

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Бокс»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Основы бокса	42	13,5	28,5
2.	Ловкость боксера – залог успеха	26	11	15
3.	В здоровом теле – здоровый дух	23	6	17
4.	Совершенствование техники и тактики бокса	49	13	36
	ИТОГО:	140	140	43,5

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Лыжные гонки»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Азы лыжного спорта»	46	15	31
2.	«Основы лыжной подготовки»	47	15,8	31,2
3.	«Техника. Тактика»	47	15,3	31,7
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	9	131

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Лыжные гонки»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Вспоминаем азы лыжного спорта»	46	16,2	29,8
2.	«Основы лыжной подготовки»	47	17	30
3.	«Спортивное совершенствование»	47	15,3	31,7
	ИТОГО:	140	48,5	91,5

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Лыжные гонки»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Общая физическая подготовка»	36	13,1	22,9
2.	«Технико-тактическая подготовка лыжника»	52	17,2	34,8
3.	«Психологическая подготовка лыжника-гонщика»	52	22	30
	ИТОГО	140	52,3	87,7

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Пулевая стрельба»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Начинающий стрелок»	31	10	21
2.	«Юный стрелок»	70	21	49
3.	«Меткий стрелок»	39	11,7	39
ВСЕГО ЧАСОВ		140	42,7	97,3

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Пулевая стрельба»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Начинающий стрелок»	31	10	21
2.	«Юный стрелок»	70	21	49
3.	«Меткий стрелок»	39	11,7	39
ВСЕГО ЧАСОВ		140	42,7	97,3

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Пулевая стрельба»
(продвинутый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Начинающий стрелок»	34	10,2	23,8
2.	«Юный стрелок»	68	17	51
3.	«Меткий стрелок»	38	9,3	28,7
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	36,5	103,5

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г .

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Плавание»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Начальная подготовка в плавании	49	15	34
2.	Базовый	47	15	32
3.	Совершенствование	44	14	30
ВСЕГО ЧАСОВ		140	44	96

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол № 17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г .

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Плавание»
(базовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Совершенствование техники кроля на животе.	49	15	34
2.	Совершенствование техники кроля на спине.	47	15	32
3.	Обучение техники плавания брассом.	44	14	30
	ИТОГО:	140	44	96

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Подвижные игры»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Быстрый»	35	10,4	24,6
2.	«Сильный»	36	10,4	25,6
3.	«Ловкий»	34	11,6	22,4
4.	«Выносливый»	35	10,9	24,1
	ВСЕГО ЧАСОВ	140	43,3	96,7

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Спортивные игры»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Мини-футбол»	46	15	31
2.	«Волейбол»	47	15	32
3.	«Баскетбол»	47	15	32
	Итого	140	45	95

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 города Похвистнево
городского округа Похвистнево Самарской области
структурное подразделение Детско-юношеская спортивная школа

ПРИНЯТО

заседание тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
Протокол №17 от 28.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
_____ В.Р. Гайнанова
Приказ №205 –ОД от 28.06.2021 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**Модульная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
технической направленности
«Робототехника»
(стартовый уровень)**

№ п/п	Название модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение в робототехнику	16	5	11
2.	Конструирование и программирование	62	14	48
3.	Проектная деятельность	42	6	36
	ИТОГО	120	25	95