

Утверждено
приказом директора
МБУ ДО «СШ № 1
имени Э.А.Папертев»
от 27.02.2023 № 29

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №1 ИМЕНИ
Э.А.ПАПЕРТЕВА» Г.ДЗЕРЖИНСКА НА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ (ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА
«БАСКЕТБОЛ»)

Принят Педагогическим советом
от 27.02.2023 протокол № 2

Учебный план является неотъемлемой частью основной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Баскетбол». Учебный план МБУ «СШ № 1 имени Э.А.Папертева» учитывает специфику организации и определяет перечень, трудоемкость учебных предметов, курсов, формы промежуточной аттестации обучающихся.

Годовой учебно-тренировочный план этапа начальной подготовки			
№п/п	Виды подготовки	До года	Свыше года
		Недельная нагрузка в часах	
		4,5	6
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		2	2
		Наполняемость групп (человек)	
		15-20	15-20
1.	Общая физическая подготовка	50	56
2.	Специальная физическая подготовка	34	50
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-
4.	Техническая подготовка	75	94
5.	Тактическая подготовка Теоретическая подготовка Психологическая подготовка	44	63
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия (тестирование и контроль)	7	9
8.	Интегральная подготовка	24	40
Общее количество часов в год		234	312

Формы промежуточной аттестации обучающихся:
выполнение контрольных упражнений по общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «баскетбол».

Учебный план учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации)			
№п/ п	Виды подготовки	До трех лет	Свыше трех лет
		Недельная нагрузка в часах	
		10	12
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах	
		3	3
		Наполняемость групп (человек)	
		12-20	12-15
1.	Общая физическая подготовка	73	78
2.	Специальная физическая подготовка	84	104
3.	Участие в спортивных соревнованиях	26	44
4.	Техническая подготовка	134	137
5.	Тактическая подготовка Теоретическая подготовка Психологическая подготовка	94	124
6.	Инструкторская и судейская практика	5	19
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия (тестирование и контроль)	10	13
8.	Интегральная подготовка	94	105
Общее количество часов в год		520	624

Формы промежуточной аттестации обучающихся:

		До трех лет	Свыше трех лет
1.	Общая физическая подготовка	выполнение контрольных упражнений	
2.	Специальная физическая подготовка	выполнение контрольных упражнений	
3.	Участие в спортивных соревнованиях	выполнение объема соревновательной деятельности	выполнение объема соревновательной деятельности и уровень спортивной квалификации
4.	Техническая подготовка	выполнение контрольных упражнений	
5.	Тактическая подготовка Теоретическая подготовка Психологическая подготовка	устный опрос, беседа	
6.	Инструкторская и судейская практика	устный опрос, беседа	устный опрос, участие в судействе
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия (тестирование и контроль)	получение допуска к занятиям, устный опрос, беседа	получение допуска к занятиям, устный опрос, беседа
8.	Интегральная подготовка	участие в контрольных играх	

