



Утверждаю  
Директор МБУ ДО «БСШ»  
А.А. Редькова  
2023г.

## Учебный план на 2023-2024 учебный год

Общеразвивающие программы

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          |
|--|----------------------------------|----------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          |
|  | (весь период обучения)           |          |
|  | КОЛ-ВО ЧАСОВ                     |          |
|  | в год                            | в неделю |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          |
| техническая подготовка                         | 36                               |          |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        |
| Всего часов в год*                             | 234                              | 6        |
| Количество групп по плану комплектования       |                                  | 15       |
| Всего часов в неделю                           | 3510                             | 90       |

\*распределение учебных часов на общеразвивающих программах из расчета 39 недель в году



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО «БСШ»

И.А. Редькова  
2023 г.

**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Программа спортивной подготовки  
Группа: этап начальной подготовки 1 г.о.**

**Тренер : Кощенко Т.И.**

| Предметная область  | Общий объем учебной нагрузки (в часах) | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           | Итого      |
|---|--|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|   |  | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | июнь      | июль      | август    |            |
|   |  | 26                    | 26        | 26        | 26        | 26        | 24        | 26        | 26        | 28        | 24        | 28        | 26        | 312        |
| Общая физическая подготовка   | 104                                    | 16                    | 14        | 17        | 18        | 16        | 16        | 13        | 18        | 18        | 16        | 16        | 17        | 195        |
| Специальная физическая подготовка   | 58                                     | 5                     | 5         | 5         | 4         | 5         | 4         | 5         | 4         | 5         | 4         | 5         | 5         | 56         |
| Участие в спортивных соревнованиях  |  |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           | 0          |
| Техническая подготовка  | 48                                     | 4                     | 4         | 4         | 4         | 4         | 4         | 4         | 4         | 4         | 4         | 4         | 4         | 48         |
| Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка                                    |  |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           | 0          |
| Инструкторская и судейская практика   |  |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           |           | 0          |
| Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль | 29                                     |                       | 3         |           |           |           |           | 3         |           |           |           | 3         |           | 9          |
| Аттестация  | 4                                      | 1                     |           |           |           | 1         |           | 1         |           | 1         |           |           |           | 4          |
| <b>Всего часов в год*</b>   |  | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>24</b> | <b>28</b> | <b>26</b> | <b>312</b> |

Расписание занятий: ВТ-ЧТ-СБ (2ч)

Учебный план на 52 недели учебно-тренировочной работы.

Зам. директора по УВР

И.Ю. Васильев



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБУ ДО «ВЭСЦ»

Седькова  
2023 г.

Учебный план  
на 2023-2024 учебный год

Программа спортивной подготовки  
Группа: этап начальной подготовки 1 г.о.

Тренер: Кощенко Т.И.

| Предметная область  | Общий объем учебной нагрузки (в часах) | 2023-2024 учебный год |         |        |         |        |         |      |        |     |      |      |        |       |
|---|--|-----------------------|---------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|------|------|--------|-------|
|   |  | сентябрь              | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль | август | Итого |
|   |  | 26                    | 26      | 26     | 26      | 26     | 24      | 26   | 26     | 28  | 24   | 28   | 26     | 312   |
| Общая физическая подготовка   | 104                                    | 16                    | 14      | 17     | 18      | 16     | 16      | 13   | 18     | 18  | 16   | 16   | 17     | 195   |
| Специальная физическая подготовка   | 58                                     | 5                     | 5       | 5      | 4       | 5      | 4       | 5    | 4      | 5   | 4    | 5    | 5      | 56    |
| Участие в спортивных соревнованиях  |  |                       |         |        |         |        |         |      |        |     |      |      |        | 0     |
| Техническая подготовка  | 48                                     | 4                     | 4       | 4      | 4       | 4      | 4       | 4    | 4      | 4   | 4    | 4    | 4      | 48    |
| Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка                                    |  |                       |         |        |         |        |         |      |        |     |      |      |        | 0     |
| Инструкторская и судейская практика   |  |                       |         |        |         |        |         |      |        |     |      |      |        | 0     |
| Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль | 29                                     |                       | 3       |        |         |        |         | 3    |        |     |      | 3    |        | 9     |
| Аттестация  | 4                                      | 1                     |         |        |         | 1      |         | 1    |        | 1   |      |      |        | 4     |
| Всего часов в год*  |  | 26                    | 26      | 26     | 26      | 26     | 24      | 26   | 26     | 28  | 24   | 28   | 26     | 312   |

Расписание занятий: ВТ-ЧТ-СБ (24)

Учебный план на 52 недели учебно-тренировочной работы.

Зам. директора по УВР

И.Ю. Васильев



УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор МБУ ДО «БСШ»  
 Келькова  
 « » 2023 г.



Учебный план  
 на 2023-2024 учебный год

Общеразвивающие программы

Тренер-преподаватель : Цыганова Д.В.

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |         |        |         |        |         |      |        |     |       |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|---------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|-------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | Итого |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |         |        |         |        |         |      |        |     |       |
|  | кол-во часов                     |          |                       |         |        |         |        |         |      |        |     |       |
|  | в год                            | в неделю |                       |         |        |         |        |         |      |        |     |       |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2       | 2      | 2       | 2      | 2       | 2    | 2      | 2   | 18    |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 10                    | 9       | 9      | 10      | 9      | 8       | 10   | 9      | 10  | 84    |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 12                    | 13      | 13     | 12      | 13     | 12      | 12   | 13     | 14  | 114   |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5       | 5      | 5       | 5      | 5       | 5    | 5      | 5   | 45    |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 3                     | 4       | 4      | 3       | 4      | 3       | 3    | 4      | 5   | 33    |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2       | 2      | 2       | 2      | 2       | 2    | 2      | 2   | 18    |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2       | 2      | 2       | 2      | 2       | 2    | 2      | 2   | 18    |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2       | 2      | 2       | 2      | 2       | 2    | 2      | 2   | 18    |
| Всего часов в год*                             | 234                              | 6        | 26                    | 26      | 26     | 26      | 26     | 24      | 26   | 26     | 28  | 234   |

Расписание занятий: ПН-ВТ-ЧТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Тренер-преподаватель: Васильев И.Ю.**

**Общеразвивающие программы**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          | 28                    | 24        | 26        | 28        | 24        | 24        | 30        | 24        | 26        | 234        |
| в год  | в неделю                         |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 9         | 9         | 9         | 8         | 10        | 9         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 13        | 13        | 13        | 12        | 12        | 13        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 4         | 4         | 4         | 3         | 3         | 4         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-СР-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев



**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Ковалев В.Н.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 9         | 10        | 9         | 8         | 9         | 9         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 13        | 12        | 13        | 12        | 13        | 13        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 4         | 3         | 4         | 3         | 4         | 4         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-СР-ЧТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Кощенко Т.И.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          | 26                    | 26        | 26        | 28        | 24        | 24        | 28        | 26        | 26        | 234        |
| в год  | в неделю                         |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 10        | 9         | 9         | 8         | 10        | 8         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 12        | 13        | 13        | 12        | 12        | 14        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 3         | 4         | 4         | 3         | 3         | 5         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-СР-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам. директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Кощенко Т.И.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          | 26                    | 26        | 26        | 28        | 24        | 24        | 28        | 26        | 26        | 234        |
| в год  | в неделю                         |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 10        | 9         | 9         | 8         | 10        | 8         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 12        | 13        | 13        | 12        | 12        | 14        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 3         | 4         | 4         | 3         | 3         | 5         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-СР-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам. директора по УВР

И.Ю. Васильев



**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Кощенко Т.И.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          | 26                    | 26        | 26        | 28        | 24        | 24        | 28        | 26        | 26        | 234        |
| в год  | в неделю                         |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 10        | 9         | 9         | 8         | 10        | 8         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 12        | 13        | 13        | 12        | 12        | 14        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 3         | 4         | 4         | 3         | 3         | 5         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-СР-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам. директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Короткий Н.Н.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого     |            |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| в год  | в неделю                         |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18        |            |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 8                     | 9         | 10        | 8         | 10        | 8         | 8         | 8         | 12        | 81        |            |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 14                    | 13        | 12        | 14        | 12        | 12        | 14        | 14        | 12        | 117       |            |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45        |            |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 5                     | 4         | 3         | 5         | 3         | 3         | 5         | 5         | 3         | 36        |            |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18        |            |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18        |            |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18        |            |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-ВТ-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Черепанов С.В.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          | 26                    | 28        | 24        | 28        | 26        | 24        | 26        | 26        | 26        | 234        |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 9         | 9         | 9         | 8         | 10        | 9         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 13        | 13        | 13        | 12        | 12        | 13        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 4         | 4         | 4         | 3         | 3         | 4         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ВТ-СР-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев



**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Черепанов С.В.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 10                    | 8         | 9         | 10        | 9         | 8         | 9         | 9         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 12                    | 14        | 13        | 12        | 13        | 12        | 13        | 13        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 3                     | 5         | 4         | 3         | 4         | 3         | 4         | 4         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ВТ-ЧТ-СБ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев



Директор МБУ ДО «ВСО»  
А.А. Редькова  
2023 г.

**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Черепанов С.В.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          | 24                    | 28        | 26        | 26        | 26        | 24        | 26        | 26        | 28        | 234        |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 10                    | 8         | 9         | 10        | 9         | 8         | 9         | 9         | 10        | 82         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 12                    | 14        | 13        | 12        | 13        | 12        | 13        | 13        | 14        | 116        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 3                     | 5         | 4         | 3         | 4         | 3         | 4         | 4         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ВТ-ЧТ-СБ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Васильев И.Ю. *Васильев***

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 9         | 8         | 9         | 8         | 10        | 8         | 10        | 80         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 13        | 14        | 13        | 12        | 12        | 14        | 14        | 118        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 4         | 5         | 4         | 3         | 3         | 5         | 5         | 37         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-СР-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев



**Учебный план  
 на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Шапков С.Г.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 9         | 9         | 9         | 8         | 10        | 8         | 10        | 81         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 13                    | 13        | 13        | 13        | 13        | 12        | 12        | 14        | 14        | 117        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 4                     | 5         | 5         | 4         | 5         | 5         | 4         | 5         | 5         | 42         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 4         | 4         | 4         | 3         | 4         | 4         | 4         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 3                     | 2         | 2         | 3         | 2         | 2         | 2         | 3         | 3         | 22         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-ВТ-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Старшинин С.В.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 9         | 10        | 8         | 8         | 10        | 9         | 10        | 82         |
| <b>Образовательный модуль по виду спорта:</b>  | <b>117</b>                       | <b>2</b> | <b>13</b>             | <b>13</b> | <b>13</b> | <b>12</b> | <b>14</b> | <b>12</b> | <b>12</b> | <b>13</b> | <b>14</b> | <b>116</b> |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 4         | 3         | 5         | 3         | 3         | 4         | 5         | 35         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: СР-ЧТ-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев



**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Цыганова Д.В.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 10                    | 9         | 9         | 10        | 9         | 8         | 10        | 9         | 10        | 84         |
| Образовательный модуль по виду спорта:         | 117                              | 2        | 12                    | 13        | 13        | 12        | 13        | 12        | 12        | 13        | 14        | 114        |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 3                     | 4         | 4         | 3         | 4         | 3         | 3         | 4         | 5         | 33         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-ВТ-ЧТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев





**Учебный план  
на 2023-2024 учебный год**

**Общеразвивающие программы**

**Тренер-преподаватель : Цыганова Д.В.**

| Предметная область                             | Общеразвивающая программа        |          | 2023-2024 учебный год |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|--|----------------------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|
|  | спортивно-оздоровительная группа |          | сентябрь              | октябрь   | ноябрь    | декабрь   | январь    | февраль   | март      | апрель    | май       | Итого      |
|  | (весь период обучения)           |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | кол-во часов                     |          |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
|  | в год                            | в неделю |                       |           |           |           |           |           |           |           |           |            |
| Теория и методика физической культуры и спорта | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Общая физическая подготовка                    | 81                               | 2        | 9                     | 9         | 10        | 9         | 9         | 8         | 10        | 9         | 10        | 83         |
| <b>Образовательный модуль по виду спорта:</b>  | <b>117</b>                       | <b>2</b> | <b>13</b>             | <b>13</b> | <b>12</b> | <b>13</b> | <b>13</b> | <b>12</b> | <b>12</b> | <b>13</b> | <b>14</b> | <b>115</b> |
| специальная физическая подготовка              | 45                               |          | 5                     | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 5         | 45         |
| техническая подготовка                         | 36                               |          | 4                     | 4         | 3         | 4         | 4         | 3         | 3         | 4         | 5         | 34         |
| тактическая подготовка                         | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| интегральная подготовка                        | 18                               |          | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| Аттестация и соревновательная деятельность     | 18                               | 1        | 2                     | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 2         | 18         |
| <b>Всего часов в год*</b>                      | <b>234</b>                       | <b>6</b> | <b>26</b>             | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>24</b> | <b>26</b> | <b>26</b> | <b>28</b> | <b>234</b> |

Расписание занятий: ПН-СР-ПТ

Учебный план на 39 недель учебно-тренировочной работы.

Зам.директора по УВР

И.Ю. Васильев