

Согласовано
на тренерском совете
«01» сентября 2017 г.

Утверждаю:
Директор МАУ ДО «ДЮСШ № 2»
М.В.Одегов
2017 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
отделения прыжков на батуте на 2017-2018 учебный год

№ п/п	Разделы подготовки	Дополнительная общеразвивающая программа для детей 4-6 лет	
		5-6 лет	6-7 лет
	Недельная нагрузка (часов)	2	3
1.	Теоретическая подготовка:		
	Основа здорового образа жизни	+	+
	Соревнования: организация и проведение	+	+
	Сведения о влиянии физических упражнений на строение и функции организма занимающихся	+	+
	Техника безопасности на занятиях физической культурой и спортом	+	+
	Основа техники акробатических элементов. Терминология упражнений.	+	+
2.	Общая физическая подготовка	34	50
3.	Специальная физическая подготовка	18	25
4.	Спортивно-техническая подготовка	14	23
5.	Музыкально-ритмическая подготовка	12	20
6.	Контрольные испытания	2	2
	Общее количество часов	80	120