


Согласовано
на методическом совете
«28» августа 2020 г.
Протокол № 6

Утверждаю:
Директор МАУ ДО «ДЮСШ № 2»
М.В.Одегов
«31» августа 2020 г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеразвивающей программы для детей 4-6 лет
отделения прыжков на батуте на 2020-2021 учебный год

№ п/п	Разделы подготовки	Дополнительная общеразвивающая программа для детей 4-6 лет	
		СОГ	
		5-6 лет	6-7 лет
	Недельная нагрузка (часов)	2	3
1.	Теоретическая подготовка:		
	Основы 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	+	+
	Основы 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