

## Учебный план дополнительной общеразвивающей программы по виду спорту «самбо»

№ п/п	Вид подготовки	Форма аттестации (контроля)				Форма
		Первый второй год обучения		Третий год обучения		
		Теория	Практика	Теория	Практика	
	Теоретическая подготовка	4	-	4	-	Беседа
	Общая физическая подготовка	3	80	2	78	Тестирование
	Специальная физическая подготовка	2	56	3	56	тестирование
	Технико-тактическая подготовка	4	58	4	62	тестирование
	Соревновательная подготовка (интегральная)	2	44	2	42	Результаты соревнований
	Контрольные занятия	1	6	1	6	Промежуточная аттестация
	<b>ИТОГО</b>	<b>16</b>	<b>244</b>	<b>16</b>	<b>244</b>	
	<b>ВСЕГО часов за год</b>	<b>260</b>		<b>260</b>		

### Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет даты начала и окончания учебного года, количество учебных недель, дней и часов, а также режим занятий. Календарный учебный график составлен с учетом проведения во время каникулярного времени походов, учебно-тренировочных сборов, профильных лагерей при условии их проведения в рамках часов, предусмотренных учебным планом. Календарный учебный график реализации Программы может составляться сразу на все года обучения.

График составляется и утверждается ежегодно до начала занятий. Порядок утверждения Календарного учебного графика определяется локальным нормативным актом образовательной организации.

Год обучения	Дата начало занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1-й, 2-й, 3-й год	01 сентября	30 июня	130	260	3 занятия в неделю по 1,5 астроном. часа (2 академ.)

### Объем и сроки освоения Программы

Срок обучения по программе 3 года. Количество учебных недель устанавливается распорядительным актом по образовательной организации.

Этап подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Спортивно-оздоровительный	3	с 7 до 9 лет	14