

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ ДО ДЮСШ № 3

А.А. Козин

« 31 » августа 20 20 г.



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**ОТДЕЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ (ЮНОШИ)**  
**2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

(обучение по данной программе включает этап начальной подготовки 1 и 2 года обучения)

46 недель

№ п/п	Наименование раздела подготовки	ГНП 1	ГНП 2
	Возраст	7	8
	Количество часов в неделю: (из них п.п. 1-4)	6	8
1.	ОФП (час.)	2	2
2.	СФП (час.)	2	3
3.	Хореография (час.)	1	1
4.	Техническая подготовка (час.)	1	2
	Количество занятий в неделю	3	4
5.	Теоретическая подготовка (час.)	6 в год	6 в год
6.	Инструкторская и судейская практика (час.)	-	-
7.	Сдача приемных, переводных нормативов (час.)	4 в год	4 в год
8.	Восстановительные мероприятия и медицинское обследование (час.)	2 в год	2 в год
	Всего часов в год	276	368