

**Государственное автономное общеобразовательное учреждение
Новосибирской области
«Школа-интернат с углубленным изучением
предметов спортивного профиля»**

Рассмотрено

решением тренерского совета

ГАОУ НСО «Школа – интернат»

протокол №6 от 23.08.2021

Утверждено

Приказ №20 от 31.08.2021



Директор


А.А. Симантовский

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ПО САМБО**

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

УРОВЕНЬ: базовый/углубленный

НАПРАВЛЕННОСТЬ: физкультурно-спортивная

Новосибирск

2021

Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана по образовательной программе базового/углубленного уровня в области физической культуры и спорта

№	Наименование предметных областей	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана базового уровня сложности программы	Процентное соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана углубленного уровня сложности программы
1	Обязательные предметные области		
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	10-25	10-15
1.2	Общая физическая подготовка	20-30	9 - 10
1.3	Общая и специальная физическая подготовка	-	21 - 25
1.4.	Вид спорта (техническая подготовка)	15-30	45 - 50
	Основы профессионального самоопределения	-	15
2	Вариативные предметные области		
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	5-15	
2.2	Судейская подготовка	-	5-10
2.3	Развитие творческого мышления	5-20	5-20
2.4	Специальные навыки	5-20	5-20

Учебная нагрузка по годам обучения по программе

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программы							
	Базовый уровень сложности (этап НП и Т)						Углубленный уровень сложности (этап СС)	
	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	6 год обучения	1 год обучения	2 год обучения
Количество часов в неделю	6	9	12	12	18	18	24	28
Количество занятий в неделю	3	4	5	5	9	9	14	14
Общее количество часов в год	312	468	624	624	936	936	1248	1456
Общее количество занятий в год	156	208	260	260	468	468	728	728

План учебного процесса

Базовый уровень

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки и (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Общий объем часов		3900	600	411	2668	23	7	312	468	624	624	936	936
1	Обязательные предметные области												
1.1	Общая физическая подготовка	878			878			76	114	162	162	182	182
1.2	Специальная физическая подготовка	0			0			0	0	0	0	0	0
1.3	Вид спорта												
1.3.1	Техническая подготовка	1209			1209			91	138	188	188	302	302
2	Вариативные предметные области												
2.1	Развитие творческого мышления	191						18	23	31	31	44	44
2.2	Различные виды спорта и подвижные игры	298			298			21	29	40	40	85	83
2.3	Специальные навыки	283			283			22	27	35	35	83	81
3.	Теоретические основы физической культуры и спорта	411		411				30	61	68	68	92	92
4	Практические занятия												
4.1	Тренировочные мероприятия (кол-во в год)	1820						156	208	260	260	468	468
4.2	Физкультурные и спортивные мероприятия (кол-во в год)	24						-	2	5	5	6	6
5	Самостоятельная работа (медико-восстановительные мероприятия, офп, ТхТ, теоретическая)	600	600					48	72	96	96	144	144
6	Аттестация												
6.1	Промежуточная аттестация	23				23		3	4	4	4	4	4
6.2	Итоговая аттестация	7					7	3					4

План учебного процесса

Углубленный уровень

№	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки и (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-й	2-й
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Общий объем часов		2912	448	504	1942	12	6	1456	1456
1	Обязательные предметные области								
1.1	Общая и специальная физическая подготовка	616			616			308	308
1.2	Вид спорта								
1.2.1	Технико-тактическая подготовка	786			786			393	393
1.2.2	Основы профессионального самоопределения	88			88			44	44
2	Вариативные предметные области								
2.1	Инструкторская и судейская практика	260			260			130	130
2.2	Спортивное и специальное оборудование	134		134				67	67
2.3	Различные виды спорта и подвижные игры	140			140			70	70
2.4	Специальные навыки	42			42			22	20
2.5	Развитие творческого мышления	10			10			7	3
3	Теоретические основы физической культуры и спорта	370		370				185	185
4	Практические занятия								
4.1	Физкультурные и спортивные мероприятия (кол-во в год)	20						10	10
4.2	Тренировочные мероприятия (кол-во в год)	1456						728	728
5	Самостоятельная работа(медико-восстановительные мероприятия,офп, ТхТ,теоретическая)	448	448					224	224
6	Аттестация								
6.1	Промежуточная аттестация	12				12		6	6
6.2	Итоговая аттестация	6					6		6

Приложение 5

Расписание занятий тренировочных групп по самбо на 2021-2022 учебный год

ФИО	Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Часы
Джунусов А.И.	НП-2 5 класс	9.30-10.40	9.30-10.40	9.30-10.40	9.30-10.40	9.30-10.40	10.30-11.40	Выходной	9
Корюкин О.Н.	УТГ – 2 7 класс	15.00 – 16.30	15.00 – 16.30	15.00 – 16.30	15.00 – 16.30	15.00 – 16.30	9.00-10.30	Выходной	12
	УТГ – 1 6 класс								
	УТГ-4 9 класс	8.30-9.15	16.30 – 18.00	8.30-9.15	16.30 – 18.00	8.30-9.15	11.45-14.00	Выходной	18
	УТГ – 3 8 класс	16.30 – 18.00		16.30 – 18.00		16.30 – 18.00			

I/I. Календарный учебный график

Календарный учебный план Базовый уровень 1 года обучения образовательной предпрофессиональной программы

Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки и (в часах)	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь		Декабрь				Январь		Февраль		Март				Апрель				Май				Июнь				Июль				Август				
		3	7	1	2	2	5	1	1	2	2	9	1	2	3	7	1	2	1	8	1	2	2	5	1	1	2	3	1	1	2	2	5	1	1	2	2	9	1	2				
		1	-	4	1	8	-	2	9	6	-	-	6	0	-	4	1	8	5	-	-	5	2	-	-	2	9	-	-	5	2	9	6	-	2	9	6	-	-	6	3			
		-	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	-	7	1	-	-	-	-	-	-	-	-	9	1	-	-	-	-	1	-	-	8	-	-	-		
		6	0	7	4	1	1	5	2	1	8	2	2	9	6	0	7	4	1	4	2	2	4	2	2	1	8	5	6	3	0	7	4	1	8	5	1	2	3	1	2			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5				
Обязательные предметные области																																												
Теоретические основы физической культуры и спорта	30	2		1		1		1		1		1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1		1		1	1	1	1	1									1	1	1			
Общая физическая подготовка	76	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2									2	2	2		
Вид спорта																																												
Технико-тактическая подготовка	91	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3									2	2	2

Календарный учебный план Базовый уровень 2 года обучения образовательной предпрофессиональной программы 5 класс

[illegible]

[illegible]

Календарный учебный план Базовый уровень 3-4 года бучения образовательной предпрофессиональной программы 6-7 класс

[illegible]

[illegible]

Календарный учебный план Базовый уровень 5 год обучения образовательной предпрофессиональной программы 8класс

[illegible]

[illegible]

Календарный учебный план Углубленный уровень 1 год обучения образовательной предпрофессиональной программы 10 классы

16

[illegible]

Календарный учебный план Углубленный уровень 2 год обучения образовательной предпрофессиональной программы 11 классы

18

[illegible]