



Матвеева
Людмила
Викторовна

Подписано
цифровой
подписью: Матвеева
Людмила
Викторовна
Дата: 2026.09.09
11:10:30 +04'00'

**Учебный план
на 2026-2027 учебный год
(дополнительная общеразвивающая программа)**

Разделы подготовки	Объем учебно-тренировочной нагрузки в неделю (астрономических часов)	
	4	3
1. Количество занятий в неделю	2-3	
2. Теория и методика физической культуры и спорта, час	18	14
3. Физическая подготовка, час:	56	41
- общая физическая подготовка, час;	40	29
- специальная физическая подготовка, час	16	12
4. Избранный вид спорта, час:	110	83
- технико-тактическая подготовка, час;	105	80
- психологическая подготовка, час	5	3
Всего часов	184	138