УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО
«Первомайская ДЮСШ»
«01» 09 2026 г.
_____ Курбанов Р.М.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ (МБУ ДО) «ПЕРВОМАЙСКАЯ ДЮСШ»

на 2026-2027 уч.год

с.Первомайское

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

« 01 » сентября 2026г.

_____ Курбанов Р.М.

Учебный План по Вольной борьбе.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

« 01 » сентября 2026г.

_____Курбанов Р.М.

Учебный План по Волейболу.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

« 01 » сентября 2026г.

Курбанов Р.М.

Учебный План по Баскетболу.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

« 01 » сентября 2026г.

_____ Курбанов Р.М.

Учебный План по настольному теннису.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

«_01_» _сентября_ 2026г.

_____Курбанов Р.М.

Учебный План по гимнастике

спортивно-оздоровительной группы .

2 часа в неделю (160 часов в год)

№ п/п	Название тем	Теория	практика	всего
1	Общие понятия о гимнастике Как о гимнастике ОФК	10		10
2	Общефизическая подготовка	6	45	51
3	Специальная подготовка	11	30	41
4	Техническая подготовка	6	25	31
5	Контрольные и Календарные соревнования	2	25	27
	Общее количество часов в год	35	125	**160**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

« 01 » сентября 2026г.

_____Курбанов Р.М.

Учебный План по гимнастике

группы начальной подготовки .

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

«_01_» сентября_2026г.

_____Курбанов Р.М.

Учебный План по Боксу.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

« 01 » сентября 2026г.

_____Курбанов Р.М.

Учебный План по Футболу.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

«_01_» _сентября_ 2026г.

_____Курбанов Р.М.

Учебный План по Восточным единоборствам.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приёмные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**

Утверждаю:

Директор МБУДО

«Первомайская ДЮСШ»

«_01_» _сентября_2026г.

_____Курбанов Р.М.

Учебный План по тяжелой атлетике.

№	Разделы подготовки	ГРУППЫ						
		НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ			УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ			
		1-й год	2-й год	3-й год	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год
1.	Теоритическая подготовка	10	10	13	18	24	27	30
2.	Общая физическая подготовка	90	90	107	150	190	215	228
3.	Технико-тактические тренировки.	130	132	179	250	350	411	482
4.	Специальная физическая подготовка	50	52	71	94	133	150	165
5.	Соревновательная подготовка	16	16	24	32	40	40	40
6.	Инструкторская и судейская подготовка	---	---	---	16	16	16	18
7.	Приемные и переводные нормативы	16	8	10	12	12	10	10
8.	Восстановительные мероприятия	---	---	---	52	67	67	67
9.	Медицинское обследование	---	8	12	---	---	---	---
	Общее количество часов	**312**	**316**	**416**	**624**	**832**	**936**	**1040**