

УТВЕРЖДЁН
приказом директора
МАУ СШ «Мещера»
от 30 декабря 2022 г № 100

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 46 недель учебно-тренировочных занятий
по дополнительной общеразвивающей программе «Айкидо»

№	Разделы подготовки	количество часов	формы промежуточной аттестации
		<i>6 часов/неделю</i>	
1.	Теоретическая подготовка	22	устный опрос, тесты
2.	Практическая подготовка	254	контрольные нормативы
4.	Всего часов	276	

Заместитель директора
по учебно-спортивной работе



Т.В. Сивакина

УТВЕРЖДЁН
приказом директора
МАУ СШ «Мещера»
от 30 декабря 2022 г № 100

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 46 недель учебно-тренировочных занятий
по дополнительной общеразвивающей программе «Пауэрлифтинг»

№	Разделы подготовки	количество часов	формы промежуточной аттестации
		<i>6 часов/неделю</i>	
1.	Теоретическая подготовка	22	устный опрос, тесты
2.	Практическая подготовка	254	контрольные нормативы
4.	Всего часов	276	

Заместитель директора
по учебно-спортивной работе



Т.В. Сивакина

УТВЕРЖДЁН
приказом директора
МАУ СШ «Мещера»
от 30 декабря 2022 г № 100

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 46 недель учебно-тренировочных занятий
по дополнительной общеразвивающей программе «Художественная гимнастика»

№	Разделы подготовки	количество часов	формы промежуточной аттестации
		<i>6 часов/неделю</i>	
1.	Теоретическая подготовка	22	устный опрос, тесты
2.	Практическая подготовка	254	контрольные нормативы
4.	Всего часов	276	

Заместитель директора
по учебно-спортивной работе



Т.В. Сивакина