

План учебного процесса

Наименование предметных областей		Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)							1 год (НП - 1 г.о.)								2 год (НП - 2 г.о.)									
				Всего	Теоретические	Практические, в том числе:	1. Тренировочные мероприятия	2. Физкультурные и спортивные мероприятия	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)							Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)						
													Всего	Теоретические	Практические, в том числе:	1. Тренировочные мероприятия	2. Физкультурные и спортивные мероприятия	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация			Всего	Теоретические	Практические, в том числе:	1. Тренировочные мероприятия	2. Физкультурные и спортивные мероприятия	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
Общий объем часов		1972	178	1794	300	1446	1284	162	36	12	202	18	184	36	142	132	10	6	0	202	18	184	28	150	136	14	6	0
Обязательные предметные области	Теоретические основы физической культуры и спорта	232	40	192	184	0	0	0	6	2	30	3	27	26	0				1	21	2	19	18	0				1
	Общая физическая подготовка	539	60	479	0	471	427	44	6	2	60	5	55		54	52	2	1		59	6	53		52	48	4	1	
	Вид спорта (велосипедный спорт)	539	42	497	64	425	337	88	6	2	41	4	37	4	32	28	4	1		50	4	46	6	39	33	6	1	
Вариативные предметные области	Различные виды спорта и подвижные игры	207	12	195	2	185	155	30	6	2	29	2	27	2	24	20	4	1		30	2	28		27	23	4	1	
	Специальные навыки	190	12	178	0	170	170	0	6	2	20	2	18		17	17		1		20	2	18		17	17		1	
	Спортивное и специальное оборудование	265	12	253	50	195	195	0	6	2	22	2	20	4	15	15		1		22	2	20	4	15	15		1	

Распределение по годам обучения

3 год (НП - 3 г.о.)									4 год (Т - 1 г.о.)									5 год (Т - 2 г.о.)									6 год (Т - 3 г.о.)								
Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)							Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)							Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)							Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)						
		Всего	Теоретические	Практические, в том числе:	1. Тренировочные мероприятия	2. Физкультурные и спортивные мероприятия	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация			Всего	Теоретические	Практические, в том числе:	1. Тренировочные мероприятия	2. Физкультурные и спортивные мероприятия	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация			Всего	Теоретические	Практические, в том числе:	1. Тренировочные мероприятия	2. Физкультурные и спортивные мероприятия	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация			Всего	Теоретические	Практические, в том числе:	1. Тренировочные мероприятия	2. Физкультурные и спортивные мероприятия	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
304	28	276	43	227	207	20	6	0	354	32	322	49	267	239	28	6	0	404	36	368	65	297	257	40	6	0	506	46	460	79	363	313	50	6	12
37	7	30	29	0			1		40	8	32	31	0			1		46	8	38	37	0			1		58	12	46	43	0			1	2
91	9	82		81	75	6	1		92	10	82		81	73	8	1		106	14	92		91	81	10	1		131	16	115		112	98	14	1	2
76	6	70	8	61	51	10	1		104	8	96	10	85	69	16	1		118	8	110	16	93	69	24	1		150	12	138	20	115	87	28	1	2
28	2	26		25	21	4	1		34	2	32		31	27	4	1		38	2	36		35	29	6	1		48	2	46		43	35	8	1	2
30	2	28		27	27		1		34	2	32		31	31		1		38	2	36		35	35		1		48	2	46		43	43		1	2
42	2	40	6	33	33		1		50	2	48	8	39	39		1		58	2	56	12	43	43		1		71	2	69	16	50	50		1	2