



Приложение 3

к дополнительной общеразвивающей
программе в области физической культуры
и спорта по виду спорта
«художественная гимнастика»

РАССМОТРЕН
на заседании педагогического совета
МБУ ДО «СШ №1»
Протокол № 12 от «27» августа 2026 г.

УТВЕРЖДЕН
приказом МБУ ДО «СШ №1»
от «31» августа 2026 г. № 91

**Учебный план МБУДО «СШ № 1»
по дополнительной общеразвивающей программе
в области физической культуры и спорта
по виду спорта «художественная гимнастика»**

Программа рассчитана на 2 года обучения: спортивно-оздоровительная группа (СОГ -1) первого года подготовки; спортивно-оздоровительная группа (СОГ -2) второго года подготовки.

№п/п	Периоды обучения	всего	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Форма аттестации
1	СОГ-1	276	22	254	Сдача нормативов по ОФП и СФП
2	СОГ-2	276	22	254	Сдача нормативов по ОФП и СФП

Учебный план на 2026-2027 учебный год

№п/п	Виды подготовки	СОГ-1	СОГ-2
		часы/год	
1	Теоретическая подготовка	22	18
2	Практическая подготовка	254	258
2.1	Общая физическая подготовка	82	72
2.2	Специальная физическая подготовка	78	88
2.3	Техническая подготовка	90	92
2.4	Участие в соревнованиях (открытых тренировках)	2	4
2.5	Медицинские, мероприятия	2	2
	Всего часов	276	276

Примечание:

Праздничные дни: 4.11.2026 г., 31.12.2026 г.; 01-08.01.2027 г., 23.02.2027 г., 08.03.2027 г., 01.05.2027 г., 10.05.2027 г., 12.06.2027 г.

Каникулярные дни: 01.07.2027-11.08.2027