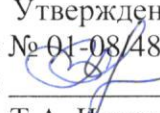


**Комитет молодежной политики, физической культуры и спорта
Администрации города Иванова
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 11**

Рассмотрено
на заседании
Педагогического Совета
протокол № 1 от 27.08.2021

Утверждено
приказом № 01-08/48 от 31.08.2021
Директор 
Т.А. Чернова

**Учебный план
МБУ ДО ДЮСШ № 11 на 2021-2022 учебный год**

**1. Пояснительная записка учебного плана
МБУ ДО ДЮСШ № 11 на 2021-2022 учебный год**

МБУ ДО ДЮСШ № 11 – учреждение дополнительного образования учебный план, которого направлен на реализацию следующих целей:

- реализация образовательной программы по конному спорту
- построение дополнительного образования на основе принципов здоровьесбережения,
- создание необходимых условий для становления гармонично развитой, физически здоровой личности, способной к творчеству и самоопределению.

Задачи МБУ ДО ДЮСШ № 11:

- продолжать работу по привлечению максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом, направленных на развитие личности, улучшения здоровья, повышения физической подготовленности, спортивных результатов с учетом индивидуальных способностей и требований программ по видам спорта, профилактики вредных привычек;
- продолжать работу по проведению спортивно-массовых мероприятий внутри школы, традиционных спортивных праздников и турниров в г. Иванове;
- проводить разъяснительную работу с обучающимися, родителями о пользе занятий физической культурой и спортом

Учебный план МБУДО ДЮСШ № 11 на 2021-2022 учебный обеспечивает реализацию образовательной программы, определяет распределение учебного времени, отводимого на изучение учебных курсов по группам и годам обучения (уровням).

Нормативной основой разработки учебного плана являются документы:

Федерального уровня:

- Конституция Российской Федерации (ст.43);
- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании»;
- Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации от 04.12.2007г. №329-ФЗ (с изменениями от 23.07.2008г.);
- Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, СП 2.4.3648-20, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. № 939 «Об утверждении Федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам».

Уровня учреждения:

- Устав МБУДО ДЮСШ № 11;
- Образовательная программа МБУ ДО ДЮСШ № 11 на 2021-2022 учебный год.

Режим работы

Обучение в ДЮСШ №11 по общеобразовательным программам начинается с 01 сентября. Учебный план рассчитан на 46 недель учебно-тренировочных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ №11, дополнительно 6 недель в условиях спортивно-оздоровительного лагеря или по индивидуальным планам учащихся на период активного отдыха.

Учебный план предусматривает как очное обучение на базе МБУ ДО ДЮСШ № 11, так и дистанционное обучение в период карантина.

1. Начало учебных занятий:

Учебные занятия проводятся с 8.00 часов до 20.00 часов.

Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 час (СП 2.4.3648-20).

2. Максимальная продолжительность занятий:

- на базовом уровне 1-3 года обучения – 2 часа;
- на базовом уровне 4-6 года обучения – 2 часа;
- на углубленном уровне 1-2 года обучения – 2- 3 часа.

3. Продолжительность одного часа занятия составляет 45 мин.

4. Режим работы:

Деятельность школы осуществляется ежедневно, включая выходные дни.

1 половина дня: с 8.00 до 12.00

2 половина дня: с 13.00 до 21.00

5. Продолжительность учебного года - 46 недель

2. Особенности учебного плана

Дополнительное образование обеспечивает освоение обучающимися

- Дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программой по конному спорту;
- Дополнительной общеразвивающей программой по иппотерапии 1-3 года обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Учебный план дополнительной общеобразовательной предпрофессиональной программе складывается следующих уровней подготовки:

Базовый уровень (БУ) – 6 лет

Углубленный уровень (УУ) содержит две отдельные составляющие:

- углубленный - до 2-х лет обучения (1-й, 2-й годы обучения);
- углубленный – свыше 2-х лет (3-й, 4-й годы обучения).

Задачи и преимущественная направленность этапов подготовки

Базовый уровень (БУ)

- укрепление здоровья,
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности.

Углубленный уровень (УУ)

- укрепление здоровья,

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
- удовлетворение потребностей в двигательной активности;
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
- отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Наполняемость учебного плана определена составом учебных разделов, обеспечивающих реализацию общеобразовательной программы МБУ ДО ДЮСШ № 11.

Часы учебного плана обеспечивают индивидуальный характер развития обучающихся с учетом их личностных особенностей, профессиональных интересов и склонностей и распределены следующим образом:

- групповые тренировочные занятия;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- и видеозаписей, просмотра соревнований);
- занятия в условиях спортивно-оздоровительного лагеря;
- работа по индивидуальным планам (углубленный уровень);
- культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах;
- медицинский контроль;
- участие в соревнованиях, матчевых встречах на городском уровне;
- спортивно-оздоровительная работа.

В результате изучения разнообразных разделов каждый обучающийся Учреждения сможет соотнести свои интересы и способности с предстоящей работой по избираемому профилю.

Учебный план дополнительной общеразвивающей программой по иппотерапии складывается из 3-х годов обучения.

Задачи:

1 год обучения:

- способствовать восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных занятий верховой ездой.
- способствовать мотивации активного образа жизни детей с ограниченными возможностями.
- оказывать воспитательно-образовательное воздействие на детей, приобщать их к живой природе при помощи лошадей (формирование бережного отношения к живой природе, взаимопомощь; изучение окружающего мира).

2 год обучения:

- способствовать восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных занятий иппотерапией.
- формирование правильного мировоззрения, активизации жизненной позиции, повышению самооценки, стремления к нравственному саморазвитию.
- развитие гармоничного психологического и эмоционального состояния обучающихся.

3 год обучения:

- способствовать восстановлению двигательных функций и утраченных навыков путем проведения регулярных занятий верховой ездой.
- развитие гармоничного психологического и эмоционального состояния обучающихся.

- развитие творческих способностей учащихся, проявляющих заинтересованность к занятиям верховой ездой и гимнастикой на лошади.

3. Учебный план

3.1. По дополнительной предпрофессиональной программе по конному спорту минимальный возраст детей для зачисления на обучение, минимальное количество обучающихся в группах, срок обучения, планируемые результаты освоения программы представлено в Приложении № 1

Календарный учебный план по предпрофессиональной подготовке представлен в Приложениях 2, 3.

Контрольные нормативы принимаются три раза в год:
в начале – сентябрь - октябрь, в декабре, в конце года – в мае, июне.

Сроки прохождения промежуточной аттестации для каждой группы устанавливаются индивидуально в соответствии с графиком, утверждённым в Учреждении, о чем тренер-преподаватель извещается не позднее, чем за две недели до начала промежуточной аттестации

3.2. По дополнительной общеразвивающей программе для лиц с ограниченными возможностями здоровья по иппотерапии 1-3 года обучения минимальный возраст детей для зачисления на обучение, минимальное количество обучающихся в группах, срок обучения представлен в Приложении № 4

Календарный учебный план по иппотерапии представлен в Приложении 5.

4. Программно-методическое обеспечение учебного плана

№	Наименование программы	Разработчики	Утверждена/рассмотрена
1	Дополнительная предпрофессиональная программа по конному спорту	Петухов Н.В., тренер-преподаватель; Волкова И.В., заместитель директора по УВР	приказом по школе № 01-08/19 от 10.06.2019
2	Дополнительная общеразвивающая программа по иппотерапии 1-3 года обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья	Груздева А.А., тренер-преподаватель; Волкова И.В., заместитель директора по УВР	приказом по школе № 01-08/19 от 10.06.2019.

Формы контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программе осуществляется согласно календарного учебного графика.

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:

-входной контроль проводится в форме контрольных тестов (физических упражнений) с целью выявления возможностей обучающихся (оценочный материал – протокол выполнения физических упражнений), наблюдение, анализ выполнения упражнений.
-текущий контроль успеваемости проводится после прохождения каждой темы учебного плана программы или предметной области (контрольные упражнения), наблюдение, анализ выполнения упражнений.

Для определения уровня спортивной подготовленности обучающихся, возможности их перехода на следующий этап подготовки или завершения обучения проводится промежуточная и итоговая аттестация. Промежуточная аттестация обучающихся проводится по окончании учебного года. Осуществление комплексного

контроля учебного процесса и уровня спортивной подготовленности обучающихся по предметным областям на всех этапах является обязательным требованием Программы.

Промежуточная аттестация проводится в форме тестирования, собеседования и сдачи контрольных нормативов ОФП и СФП с учетом выполнения разрядных нормативов, согласно ЕВСК.

Целью промежуточной аттестации является:

- установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по предметным областям программы по виду спорта;
- соотнесение этого уровня с требованиями дополнительных общеобразовательных программ;
- контроль за выполнением дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании обучения по программе.

Особенностями проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся, являются: перевод обучающихся на этап (период) реализации образовательной программы осуществляется на основании результатов промежуточной аттестации; по окончании обучения по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта обучающемуся (выпускнику) выдается Свидетельство об окончании образовательной организации. В случае отъезда обучающихся до окончания учебного года, обучающийся имеет право пройти досрочную аттестацию на основании заявления родителей (законных представителей) и по согласованию с тренером-преподавателем. Обучающиеся, не сдавшие по причине болезни переводные испытания, на основании решения педагогического совета при наличии медицинской справки могут сдать нормативы позднее. Обучающиеся, не освоившие образовательной программы по болезни или по другой уважительной причине, могут быть оставлены на повторный год обучения решением педагогического совета и с согласия родителей (законных представителей). Кроме того, контрольно-измерительные материалы предусматривают не только проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программе, но и оценку удовлетворенности качеством дополнительных услуг.

Приложение № 1

к учебному плану на 2021-2022 учебный год

Базовый уровень сложности

Показатель нагрузки	Базовый уровень сложности программы					
	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	6 год обучения
Кол-во часов в неделю	6	6	8	8	8	10
Количество занятий в неделю	3	3	4	4	4	5
Объем времени на реализацию предметных областей в неделях; цикл рабочего времени в учебном году: сентябрь - июль	46 недели/год	46 недели/год	46 недели/год	46 недели/год	46 недели/год	46 недели/год
Общее количество часов в год	276	276	368	368	368	460
Минимальное количество детей в группах	15	15	15	15	15	15
Минимальные зачетные требования на начало учебного года	Выполнение нормативов по ОФП	Выполнение нормативов по ОФП. Техника	Техника выполнения основных аллюров на оценку	Элементарные езды	Езда для начинающих их.	Езда для начинающих их на 65 %

		выполнения основных аллюров.				
Минимальные зачетные требования на конец учебного года - итоговая аттестация	Навыки обращения с лошадью. Техника выполнения основных аллюров.	Техника выполнения основных аллюров на оценку	Элементарные езды	Езда для начинающих.	Езда для начинающих на 65 %	3 юн. разряд 20%

Углубленный уровень сложности

Показатель нагрузки	Углубленный уровень сложности программы	
	1 год обучения	2 год обучения
Кол-во часов в неделю	10	12
Количество занятий в неделю	5	6
Объем времени на реализацию предметных областей в неделях; цикл рабочего времени в учебном году: сентябрь - июль	46 недели/год	46 недели/год
Общее количество часов в год	460	552
Минимальное количество детей в группах	15	15
Минимальные зачетные требования на начало учебного года	3 юн. разряд - 20%	3 юн. разряд - 50%
Минимальные зачетные требования на конец учебного года - итоговая аттестация	3 юн. разряд - 50%	3 юн. разряд 100 %

Приложение № 2

к учебному плану на 2021-2022 учебный год

Календарный учебный план базового уровня подготовки

1 год

Параметры подготовки	Месяцы											Всего
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теоретические основы физической культуры и спорта	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	33
Общая физическая подготовка	7	5	5	5	5	4	6	5	5	5	3	55
Вид спорта(конный спорт)	7	7	7	7	7	7	8	9	8	11	4	82
Развитие творческого мышления (тактика конного спорта)	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	14
Уход за животными	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	23
Национальный региональный компонент (воспитательная и работа)	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	14
Специальные навыки (техника безопасности, СФП)	4	5	4	4	4	4	3	4	5	2	2	41
Спортивное и специальное оборудование	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	14
Общий объем часов	26	26	26	26	28	24	26	26	26	26	16	276

2 год

Параметры подготовки	Месяцы											Всего
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теоретические основы физической культуры и спорта	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	33
Общая физическая подготовка	7	5	5	5	5	4	6	5	5	5	3	55
Вид спорта(конный спорт)	7	7	7	7	7	7	8	9	8	11	4	82
Развитие творческого мышления (тактика конного спорта)	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	14

Уход за животными	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	23
Национальный региональный компонент (воспитательная и проф. работа)	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	14
Специальные навыки (техника безопасности, СФП)	4	5	4	4	4	4	3	4	5	2	2	41
Спортивное и специальное оборудование	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	14
Общий объем часов	26	26	26	26	28	24	26	26	26	26	16	276

3-4 год

Параметры подготовки	Месяцы											Все го
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теоретические основы физической культуры и спорта	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	2	37
Общая физическая подготовка	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	4	74
Вид спорта(конный спорт)	11	9	11	9	9	14	9	10	10	11	7	110
Развитие творческого мышления (тактика конного спорта)	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	18
Уход за животными, участвующими	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	30
Национальный региональный компонент (воспитательная и профориет. работа)	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	18
Специальные навыки (техника безопасности СФП)	6	5	5	6	6	4	6	5	6	4	2	55
Спортивное и специальное оборудование	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	1	26
Общий объем часов	36	34	34	36	36	32	36	34	36	34	20	368

Календарный учебный план углубленного уровня подготовки

2 год

Параметры подготовки	Месяцы											всего
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теоретические основы физической культуры и спорта	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55
Общая физическая и специальная физическая подготовка	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	55
Вид спорта (Конный спорт)	15	15	15	16	16	15	16	15	15	15	10	163
Основы профессионального самоопределения	8	8	4	8	8	8	8	8	8	12	3	83
Различные виды спорта и подвижные игры	3	3	3	3	3	1	3	2	2	4	1	28
Судейская подготовка	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	28
Развитие творческого мышления (Тактика конного спорта)	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	28
Уход за животными, участвующими в спортивных соревнованиях	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	1	28
Национальный региональный компонент (воспитательная работа)	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	1	28
Специальные навыки (техника безопасности)	3	3	3	3	3	2	3	3	3	1	1	28
Спортивное и специальное оборудование	3	3	3	2	2	2	2	3	3	4	1	28
Общий объем часов	52	54	50	54	54	48	54	52	52	52	30	552

**План учебного процесса
Базисный уровень подготовки**

N п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)			Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения					
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	Итого	1-й год	2-й год	3-й год	4-й год	5-й год	6-й год
1	2	3	4	5	6	7	8		9	10	11	12	13	14
	Общий объем часов	2116	144	223	1731	6	12		276	276	368	368	368	460
1.	Обязательные предметные области	1279	86	213	964	5	11		170	170	221	221	221	276
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	223	30	30	162	0,5	0,5		33	33	37	37	37	46
1.2.	Общая физическая подготовка	424	56		367	0,5	0,5		55	55	74	74	74	92
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка													
1.4.	Вид спорта	632		183	435	4	10		82	82	110	110	110	138
2.	Вариативные предметные области	837	58	10	767	1	1		106	106	147	147	147	184
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры													
2.2.	Развитие творческого мышления	105	10		95				14	14	18	18	18	23
2.3.	Уход за животными, участвующими в спортивных соревнованиях	206		10	194	1	1		23	23	30	30	41	59

2.4.	Национальный региональный компонент (воспитательная работа)	105	30				75				14	14	18	18	18	23
2.5.	Специальные навыки	282	12				270				41	41	55	55	44	46
2.6.	Спортивное и специальное оборудование	139	6				133				14	14	26	26	26	33
3.	Теоретические занятия	223		223							33	33	37	37	37	46
4	Практические занятия	1731					1731				222	222	304	304	298	381
4.1	Тренировочные мероприятия	1581					1581				202	202	280	280	274	343
4.2	Физкультурные и спортивные мероприятия	82					82				10	10	14	14	14	20
4.3	Иные виды практических занятий	68					68				10	10	10	10	10	18
5.	Самостоятельная работа	144	144				144				18	18	24	24	30	30
6.	Аттестация	18					6	12			3	3	3	3	3	3
6.1.	Промежуточная аттестация	6					6				1	1	1	1	1	1
6.2.	Итоговая аттестация	12						12			2	2	2	2	2	2

Углубленный уровень подготовки

N п/п	Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Общий объем учебной нагрузки (в часах)	Самостоятельная работа (в часах)	Учебные занятия (в часах)		Аттестация (в часах)		Распределение по годам обучения	
				Теоретические	Практические	Промежуточная	Итоговая	1-й год *	2-й год
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	Общий объем часов	1012	60	101	845	2	4	460	552
1.	Обязательные предметные области	654	35	91	525	1	2	298	356
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	101		20	81			46	55
1.2.	Общая и специальная физическая подготовка	101	20		81			46	55
1.3.	Вид спорта	300		61	236	1	2	137	163
1.4.	Основы профессионального самоопределения	152	15	10	127			69	83
2.	Вариативные предметные области	358	25	10	320	1	2	162	196
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	51	25		26			23	28
2.2.	Судейская подготовка	51		5	43	1	2	23	28
2.3.	Развитие творческого мышления	51		5	46			23	28
2.4.	Уход за животными, участвующими в спортивных соревнованиях	51			51			23	28
2.5.	Национальный региональный компонент (воспитательная работа)	51			51			23	28
2.6.	Специальные навыки	51			51			23	28
2.7.	Спортивное и специальное оборудование	52			52			24	28

3.	Теоретические занятия	101		101					46	55
4	Практические занятия	845		845					381	464
4.1	Тренировочные мероприятия	769							343	426
4.2	Физкультурные и спортивные мероприятия	40							20	20
4.3	Иные виды практических занятий	36							18	18
5.	Самостоятельная работа	60	60						30	30
6.	Аттестация	6				3	3	3	3	3
6.1.	Промежуточная аттестация	2				2			1	1
6.2.	Итоговая аттестация	4					4		2	2

Дополнительная общеразвивающая программа для лиц с ограниченными возможностями здоровья по иппотерапии 1-3 года обучения

<i>Показатель нагрузки</i>	<i>1 год обучения</i>	<i>2 год обучения</i>	<i>3 год обучения</i>
Кол-во часов в неделю	4	4	4
Количество занятий в неделю	2	2	2
Объем времени на реализацию предметных областей в неделях; сентябрь - июль	46 недели/год	46 недели/год	46 недели/год
Общее количество часов в год	184	184	184
Минимальное количество детей в группах	5	5	5
Минимальные зачетные требования на начало учебного года	-	-	-
Минимальные зачетные требования на конец учебного года - итоговая аттестация	-	-	-

Календарный учебный план по иппотерапии

1 год занятий

Параметры подготовки	Месяцы											всего
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теория, ТБ	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	14
ОФП	1		1		1		1		1			5
Упражнения на лошади (№№ согласно программе)												
Посадка на лошадь упражнение № 3.1.	1	1			1		1		1			5
Упражнение на правильную осанку № 3.2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	34
Упражнение на дыхание № 3.3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	31
ОРУ верхом на лошади № 3.4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	39
Упражнение на расслабление № 3.5	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	31
Упражнение с предметами № 3.6.	1	2	2	2	2	4	2	2	1	4	3	25
Общий объем часов	16	18	18	16	18	16	18	16	18	16	14	184

2 год занятий

Параметры подготовки	Месяцы											всего
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теория, ТБ	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	15
ОФП	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
Упражнения на лошади (№№ согласно программе)												
Посадка на лошадь упражнение № 3.1.	1	1			1		1		1			5
Упражнение на	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	1	24

правильную осанку № 3.2												
Упражнение на дыхание № 3.3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	31
ОРУ верхом на лошади № 3.4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	36
Упражнение на расслабление № 3.5	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	28
Упражнение с предметами № 3.6.	3	1	3	3	3	5	2	4	4	3	3	34
Общий объем часов	16	18	18	16	18	16	18	16	18	16	14	184

3 год занятий

Параметры подготовки	Месяцы											всего
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теория, ТБ	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	15
ОФП	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
Упражнения на лошади (№№ согласно программе)												
Посадка на лошадь упражнение № 3.1.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10
Упражнение на правильную осанку № 3.2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	31
Упражнение на дыхание № 3.3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	39
ОРУ верхом на лошади № 3.4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	30
Упражнение на расслабление № 3.5	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	28
Упражнение с предметами № 3.6.	4	2	2	1	3	3	3	2	3	4	3	30
Общий объем часов	16	18	18	16	18	16	18	16	18	16	14	184

Заместитель директора по УВР



И.В. Волкова