



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО СШ «Юбилейная»
И.С.Данилова

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта
ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ СПОРТ на 2025-2026 учебный год

№ п/п	Виды подготовки	Этапы и годы подготовки						
		Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап			
		ЭНП-1	ЭНП-2	ЭНП-3	УТЭ-1	УТЭ-2	УТЭ-3	УТЭ-4
		Недельная нагрузка в часах						
		6	6	8	12	12	12	14
		Максимальная продолжительность одного тренировочного занятия						
		2	2	2	3	3	3	3
		Наполняемость групп (человек)						
		10-20	10-20	10-20	8-16	8-16	8-16	8-16
1.	Общая физическая подготовка	100	84	94	114	114	114	98
2.	Специальная физическая подготовка	46	50	80	110	110	110	112
3.	Спортивные соревнования	24	36	48	60	60	60	56
4.	Техническая подготовка	112	112	148	248	248	248	332
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	24	24	36	56	56	56	74
6.	Инструкторская и судейская практика	0	0	0	22	22	22	36
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6	6	10	14	14	14	20
Общее количество часов в год		312	312	416	624	624	624	728

Заместитель директора

Грабуз Е.Н.