

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 234  
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

«ПРИНЯТО»  
на педсовете  
ГБОУ школы № 234  
Протокол № 1  
от 31.08.2023 г.

«УТВЕРЖДЕНО»  
Приказом № 62-ОД от 01.09.2023 г.  
Директор ГБОУ школы № 234  
И.А.Седых



**Учебный план  
дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы**

**«Игры школьных спортивных клубов»**

Разработчик:

**Петрова Наталия Евгеньевна,**  
педагог дополнительного образования  
ОДОДиВ «Сириус» ГБОУ школы №234

**Учебный план 1 года обучения.**

Тема	Количество часов			Формы проведения	Формы контроля
	Всего	Теория	Практика		
Вводное занятие	8	4	4	Очная, дистанционная	Собеседование
Инструктаж по охране труда.	2	2	0	Очная, дистанционная	Занятие, опрос
История развития физической культуры и спорта в России	12	6	6	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие, опрос
Общая физическая подготовка	18	6	12	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие, тестирование
Сложно-координационные виды спорта	8	2	6	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Командно-игровые виды спорта	12	3	9	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Виды спорта, осуществляемые в природной среде	26	13	13	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Скоростно-силовые виды спорта	28	9	19	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Постановочная работа и проектная деятельность	12	4	8	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие, участие, достижения
Соревнования, спортивно-массовые и культурно-массовые мероприятия	16	4	12	Очная, дистанционная	Участие, достижения
Итоговое занятие	2	0	2	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>53</b>	<b>91</b>		

**Учебный план 2 года обучения.**

Тема	Количество часов			Формы проведения	Формы контроля
	Всего	Теория	Практика		
Вводное занятие	2	1	1	Очная, дистанционная	Собеседование
Инструктаж по охране труда.	2	2	0	Очная, дистанционная	Занятие, опрос
История развития физической культуры и спорта в России	12	6	6	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие, опрос
Общая физическая подготовка	18	6	12	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие, тестирование
Сложно-координационные виды спорта	8	2	6	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Командно-игровые виды спорта	18	6	12	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Виды спорта, осуществляемые в природной среде	26	8	18	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Скоростно-силовые виды спорта	28	9	19	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Постановочная работа и проектная деятельность	12	4	8	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Соревнования, спортивно-массовые и культурно-массовые мероприятия	16	4	12	Очная, дистанционная	Участие
Итоговое занятие	2	0	2	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>48</b>	<b>96</b>		

**Учебный план 3 года обучения.**

Тема	Количество часов			Формы проведения	Формы контроля
	Всего	Теория	Практика		
Вводное занятие	3	2	1	Очная, дистанционная	Собеседование
Инструктаж по охране труда.	2	2	0	Очная, дистанционная	Занятие, опрос
История развития физической культуры и спорта в России	18	12	6	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие, опрос
Общая физическая подготовка	25	5	20	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие, тестирование
Сложно-координационные виды спорта	15	4	11	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Командно-игровые виды спорта	24	6	18	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Виды спорта, осуществляемые в природной среде	39	13	26	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Скоростно-силовые виды спорта	30	10	20	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Постановочная работа и проектная деятельность	21	7	14	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
Соревнования, спортивно-массовые и культурно-массовые мероприятия	36	13	26	Очная, дистанционная	Участие
Итоговое занятие	3	0	3	Очная, заочная (самостоятельные занятия), дистанционная	Занятие
<b>Всего:</b>	<b>216</b>	<b>73</b>	<b>143</b>		