



Утверждаю  
Директор МАУ ДО ДЮСШ № 16  
Г.М. Старчикова  
« 31 » 08 2021

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ  
ПО ПРОГРАММЕ ПРЕДПОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ  
ОТДЕЛЕНИЯ ФЕХТОВАНИЯ  
на 2021-2022 учебный год**

(Базовый уровень 1го и 2-го года обучения) этап начальной подготовки 1 года обучения,  
6 часов в неделю

№ п/п	Наименование разделов подготовки	НП-1
	Общий объем часов	276
1	<i>Обязательные предметные области</i>	<b>150</b>
1.1	Теоретические основы физической культуры и спорта	32
1.2	Общая физическая подготовка	65
1.3	Вид спорта	53
2	<i>Вариативные предметные области</i>	<b>51</b>
2.1	Различные виды спорта и подвижные игры	17
2.2	Специальные навыки	17
2.3	Спортивное и специальное оборудование	17
3	<i>Теоретические занятия</i>	<b>17</b>
4	<i>Практические занятия</i>	<b>54</b>
4.1	Тренировочные мероприятия	28
4.2	Физкультурные и спортивные мероприятия	15
4.3	Иные виды практических занятий	11
5	<i>Аттестация</i>	<b>4</b>
5.1	Промежуточная аттестация	2
5.2	Итоговая аттестация	2

\* Самостоятельная работа учащихся проходит в виде индивидуальных занятий, в каникулярное время, время отпусков и командировок в размере до 10 % от общего объема часов.