

Департамент образования Администрации
г. Екатеринбурга Управление образования Ленинского района
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 233»

620144, г. Екатеринбург, ул. Фрунзе, д.57, тел.:(343) 257-30-72, e-mail: mdou233@eduekb.ru
620146, г. Екатеринбург, ул. Шаумяна, д.87/2, ул. Шаумяна, стр.87/5;
620146, г. Екатеринбург, ул. Шаумяна, 79

Учебный план ДООП «Отряд тигрят»

3.1. Учебный план

п/п	Название разделов и тема	Количество часов		Формы аттестации/контроля	Количество часов		Формы аттестации/контроля	Количество часов		Формы аттестации/контроля	Количество часов		Формы аттестации/контроля
		Теория/занятия	Практика / занятия		Теория/занятия	Практика / занятия		Теория/занятия	Практика / занятия		Теория/занятия	Практика/занятия	
		1 год обучения/2 год обучения			3 год обучения			4 год обучения			5 год обучения		
1	Вводное занятие, знакомство с данным видом спорта. Инструктаж по технике безопасности.	1	3	Беседа, Наблюдение, Опрос	1	3	Беседа, Наблюдение, Опрос	1	2	Беседа, Наблюдение, Опрос	1	2	Беседа, Наблюдение, Опрос
2	Развитие общих физических качеств	4	5		2	4		1	5		1	6	
3	Развитие специальных физических качеств	4	5		2	4		2	5		1	6	
4	Подвижные и спортивные игры	4	5		2	5		2	5		2	5	
5	Эстафеты	4	4		1	4		1	4		1	5	
6	Техника карате: Кихон-кумитэ – базовая техника с партнером	-	-		2	3		2	4		1	5	
7	Техника карате-до: Ката-формальные упражнения	-	-		2	3		2	4		1	5	

8	Техника карате-до: Атакующие комбинации, Защитные действия	-	-		2	3		2	4		1	5	
9	Техника карате: Защитные действия	-	-		2	3		2	4		1	5	
10	Подготовительные упражнения техники карате	4	5		3	5		2	5		1	5	
11	Совершенствование ранее изученного материала в различном сочетании	4	5		2	5		2	5		3	5	
12	«Рейги» - этикет карате	4	5		3	4		2	3		1	5	
13	Развивающие беседы	4	4		2	3		2	2		2	1	
14	Техника безопасности при занятиях карате в зале	3	3		2	3		2	3		1	2	
		36	44		28	52		25	55		18	62	
Итого:		80 занятий			80 занятий			80 занятий			80 занятий		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371142

Владелец Ударцева Надежда Анатольевна

Действителен с 27.01.2026 по 27.01.2027