

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ

Протокол Педагогического совета №3

от «29» мая 2023

УТВЕРЖДЕН

Приказом №127 от «29» мая 2023

Директор ДДЮТ \_\_\_\_\_ Н.А. Савченко

**Учебный план  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Айкидо для начинающих»**

№	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Устный опрос
2.	Базовые перемещения на ногах	10	2	8	Зачет
3.	Базовые перемещения на коленях	10	2	8	Зачет
4.	Страховки	10	2	8	Зачет
5.	Атакующие действия	2	1	1	Зачет
6.	Технические приемы из положения стоя	28	2	26	Зачет
7.	Технические приемы из положения сидя	4	1	3	Зачет
8.	Участие в тематических мероприятиях	2	1	1	Устный опрос
9.	Итоговое занятие	1	1	-	Устный опрос
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>13</b>	<b>55</b>	