



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08.2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварещенков
«31» 08 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по футболу
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –9 лет

Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08.2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварещенков
«31» 08 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по баскетболу
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –8 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08 2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварещенков
«31» 08 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по волейболу
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –9 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08 2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварещенков
«31» 08 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по теннису
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –8 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08 2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварешенков
«31» 08 2020 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по хоккею с шайбой
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 – 8 лет
Срок реализации: 1 год

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020г.



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08.2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварешенков
«31» 08 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по каратэ
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –10 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08 2020г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварещенков
«31» 08 2020г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по самбо
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –10 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08.2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварешенков
«31» 08 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по тхэквондо
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –10 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020 г.



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08 2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварещенков
«31» 08 /2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по дзюдо
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –10 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020



· АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ВЕЛИКИЕ ЛУКИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА «ЭКСПРЕСС»
(МАУ «СШОР «ЭКСПРЕСС»)

ул. Пушкина, д.12, город Великие Луки, Псковская область, 182100,
телефон (факс) 8 (81153) 37787, телефон 8 (81153) 37210, ИНН 6025015708, e-mail:
ekspress@mart.ru

Принято решением
тренерского совета
Протокол № 5 от 31.08.2020 г.

Утверждаю:
Директор МАУ «СШОР «Экспресс»
С.Н. Поварещенков
«31» 08 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности по боксу
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП)

Возраст обучающихся: 5 –10 лет
Срок реализации: весь период

Составили:
Заместитель директора -методической работе
МАУ «Спортивная школа олимпийского резерва «Экспресс»
Н.В. Погодина

г. Великие Луки
2020