



КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
 по реализации программы спортивной подготовки на тренировочном этапе до 2-х лет на 2018-2019 учебный год

	сентябрь					октябрь					ноябрь					декабрь					январь			февраль				
	01-02	03-09	10-16	17-23	24-30	01-07	08-14	15-21	22-28	29.10-04.11	05-11	12-18	19-25	26.11-02.12	03-09	10-16	17-23	24-30	31.12-06.01	07-13	14-20	21-27	28.01-03.02	04-10	11-17	18-24	25.02-03.03	
Количество тренировок	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
Нагрузка в (час.): - теоретическая, тактическая и психологическая подготовка; - практические занятия.	2	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	
	2	7	7	8	9	8	7	7	8	9	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	9	8	8	8	8	
Итоговая аттестация																												
Соревнования			1	1	1	1					1					1	1	1	1			1	1	1				
Тренировочные мероприятия (дн.)*									4	7	4																	
Врачебно-педагогический контроль											дн сп	Постоянно																
Тренировки по индивидуальным планам	Во время отпуска и командировок тренера																											

	март				апрель					май					июнь				июль				август				Всего	
	04-10	11-17	18-24	25-31	01-07	08-14	15-21	22-28	29.04-05.05	06-12	13-19	20-26	27.05-02.06	03-09	10-16	17-23	24-30	01-07	08-14	15-21	22-28	29.07-04.08	05-11	12-18	19-25	26.08-01.09		
Количество тренировок	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	203
Нагрузка в год (час.): - теоретическая, тактическая и психологическая подготовка; - практические занятия.	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	7	468
	1	1	1	1	1	1	1	1		1	1				1	1		1	1								1	42
	8	8	8	8	8	8	8	8	9	8	8	9	9	9	8	8	9	8	8	9	9	9	9	9	9	9	6	426
Итоговая аттестация																												4 нед.
Соревнования								1		1	1	1															17	
Тренировочные мероприятия (дн.)*	1	7	7																								2 по 15	
Врачебно-педагогический контроль									дн сп	Постоянно																		
Тренировки по индивидуальным планам	Во время отпуска и командировок тренера																											
Спортивно-оздоровительный лагерь*	Во время летних каникул																											

* Состав учебно-тренировочный сбора и спортивно-оздоровительного лагеря определяется Тренерско-Педагогическим советом.

Инструктор-методист

Е. Галицкая

Утверждаю
 Директор МБУ ДО «ДЮСШ № 1»
 И. Солякин
 «31» 08 2018 г.
 МБУ ДО «ДЮСШ № 1»

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

по реализации программы спортивной подготовки на тренировочном этапе свыше 2-х лет на 2018-2019 учебный год

	сентябрь					октябрь					ноябрь					декабрь					январь					февраль				
	01-02	03-09	10-16	17-23	24-30	01-07	08-14	15-21	22-28	29.10-04.11	05-11	12-18	19-25	26.11-02.12	03-09	10-16	17-23	24-30	31.12-06.01	07-13	14-20	21-27	28.01-03.02	04-10	11-17	18-24	25.02-03.03			
Количество тренировок	2	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7			
Нагрузка в (час.):	6	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16			
- теоретическая, тактическая и психологическая подготовка;		2	2	2	2	2	2	2		2	2	2	2		2	2	2	2	2	2	2		2	3	3	2				
- практические занятия.	6	14	14	14	14	14	14	14	16	14	14	14	14	16	14	14	14	14	14	14	14	16	14	13	13	14				
Итоговая аттестация																														
Соревнования			1	1	2				1	1				1	1	1	1		1	2	1	1		1	1					
Тренировочные мероприятия (дн.)*									4	7	4																			
Врачебно-педагогический контроль											дн. ед.	Постоянно																		
Тренировки по индивидуальным планам	Во время отпуска и командировок тренера																													

	март				апрель				май				июнь				июль				август				Всего			
	04-10	11-17	18-24	25-31	01-07	08-14	15-21	22-28	29.04-05.05	06-12	13-19	20-26	27.05-02.06	03-09	10-16	17-23	24-30	01-07	08-14	15-21	22-28	29.07-04.08	05-11	12-18		19-25	26.08-01.09	
Количество тренировок	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	364	
Нагрузка в год (час.):	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	10	832	
- теоретическая, тактическая и психологическая подготовка;	2	2	2	2	2	2	2		2	2		2	2	2	2	2	2	2		2	2		2	2			90	
- практические занятия.	14	14	14	14	14	14	14	14	16	14	14	16	14	14	14	14	14	14	14	16	14	14	16	14	14	10	742	
Итоговая аттестация																										+	+	
Соревнования		1	1					1		1				1		1											24	
Тренировочные мероприятия (дн.)*	1	7	7																								2 по 15 дн.	
Врачебно-педагогический контроль									дн. ед.	Постоянно																		
Тренировки по индивидуальным планам	Во время отпуска и командировок тренера																											
Спортивно-оздоровительный лагерь*	Во время летних каникул																											

* Состав учебно-тренировочный сбора и спортивно-оздоровительного лагеря определяется Тренерско-Педагогическим советом.

Инструктор-методист



Е. Галицкая

Утверждаю
 Директор МБУ ДО «ДЮСШ № 1»
 И. Солякин
 «31» 08 2018 г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

по реализации программы спортивной подготовки на этапе совершенствования спортивного мастерства на 2018-2019 учебный год

	сентябрь					октябрь					ноябрь					декабрь					январь					февраль				
	01-02	03-09	10-16	17-23	24-30	01-07	08-14	15-21	22-28	29.10-04.11	05-11	12-18	19-25	26.11-02.12	03-09	10-16	17-23	24-30	31.12-06.01	07-13	14-20	21-27	28.01-03.02	04-10	11-17	18-24	25.02-03.03			
Количество тренировок	3	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10			
Нагрузка в (час.):	9	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24		
-теоретическая, тактическая и психологическая подготовка;		5	5	4		4	5	5	4		4	4	5	5	3	4	4	3		4	4	3		3	4	4	3			
- практические занятия.	9	19	19	20	24	20	19	19	20	24	20	20	19	19	21	20	20	21	24	20	20	21	24	21	20	20	21			
Сдача норм по О и С ФП																														
Соревнования			1	1	2				1	1				1	1	1	1		1	2	1	1		1	1					
Тренировочные мероприятия (дн)*									4	7	4																			
Врачебно-педагогический контроль											дн	Постоянно																		
Тренировки по индивидуальным планам											дн	Постоянно																		

	март				апрель				май				июнь				июль				август				Всего			
	04-10	11-17	18-24	25-31	01-07	08-14	15-21	22-28	29.04-05.05	06-12	13-19	20-26	27.05-02.06	03-09	10-16	17-23	24-30	01-07	08-14	15-21	22-28	29.07-04.08	05-11	12-18		19-25	26.08-01.09	
Количество тренировок	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	7	520	
Нагрузка в год (час.):	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	15	1248	
-теоретическая, тактическая и психологическая подготовка;	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3										4	144	
- практические занятия.	21	21	21	21	20	21	21	20	21	21	21	21	20	21	21	21	24	24	24	24	24	24	24	24	24	11	1104	
Сдача норм О и С ФП																											4 нед.	
Соревнования		1	1			1		1	1	1	1	1	1	1	1			1	1							30		
Тренировочные мероприятия (дн)*		1	7	7																							2 по 15 дн.	
Врачебно-педагогический контроль									дн	Постоянно																		
Тренировки по индивидуальным планам									дн	Постоянно																		
Спортивно-оздоровительный лагерь*	Во время летних каникул																											

* Состав учебно-тренировочный сбора и спортивно-оздоровительного лагеря определяется Тренерско-Педагогическим советом.

Инструктор-методист



Е. Галицкая