

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

УТВЕРЖДЕН

Приказом МБУ ДО ДЮСШ НГО СК

от 31 августа 2022 года № 12-ОД

Директор

С.А. Крицкий



Рассмотрен на заседании педагогического совета

МБУ ДО ДЮСШ НГО СК протокол от 31 августа 2022 года № 1

Годовой календарный учебный график
муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа» Нефтекумского городского округа Ставропольского края
на 2022-2023 учебный год

1. Продолжительность учебного года в МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» НГО СК:

Начало учебного года – **01.09.2022 г.** Начало учебных занятий – **01.09.2022 г.**

Начало учебных занятий для новых учебных групп – с **19.09.2022** года (возможны изменения до 30.10.2022 года)

Окончание учебного года (планируемое) – **30.06.2023 г.**

Продолжительность учебного года – **36-42 недели**

	1 полугодие		2 полугодие		Летние каникулы	Всего в год
	19.09-30.12	15 нед.	09.01-10.06	21 нед.		
Спортивно-оздоровительный этап (новые группы)	19.09-30.12	15 нед.	09.01-10.06	21 нед.	11.06-31.08	36 нед.
Спортивно-оздоровительный этап	01.09-30.12	17 нед.	09.01-31.05	20 нед.	01.06-31.08	37 нед.
Начальная подготовка 1 год обучения (новые группы)	19.09-30.12	15 нед.	09.01-10.06	21 нед.	11.06-31.08	36 нед.
Начальная подготовка 1 год обучения	01.09-30.12	17 нед.	09.01-31.05	20 нед.	01.06-31.08	37 нед.
Начальная подготовка 2-3 год обучения	01.09-30.12	17 нед.	09.01-31.05	20 нед.	01.06-31.08	37 нед.+ соревновательная деятельность
Тренировочные группы 1-5 года обучения	01.09-30.12	17 нед.	09.01-30.06	25 нед.	01.07-31.08	42 нед. +соревновательная деятельность

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

2.Этапы спортивной подготовки, объем недельной тренировочной нагрузки, минимальный и максимальный количественный состав групп, минимальный возраст зачисления обучающихся по видам спорта:

спортивная (вольная) борьба и грэпплинг

Этап спортивной подготовки	Период	Минимальный возраст зачисления	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации (2 года)		7	10 - 12	16	18
	Начальной специализации (2 года)	12	10	12 - 14	20	14
						12
Этап начальной подготовки	Свыше одного года (2 года)	10	12	16 - 18	22	9
	До одного года		15	18 - 20	25	6
Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	8	10	15 - 20	30	до 6

гимнастика художественная

Этап спортивной подготовки	Период	Минимальный возраст зачисления	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации (3 года)		7	10 - 12	16	18
						18
						16
Начальной специализации (2 года)	10	10	12 - 14	20	14	
					12	
Этап начальной подготовки	Свыше одного года (2 года)	6	12	16 - 18	22	9
	До одного года		15	18 - 20	25	6
Спортивно-оздоровительный этап	Весь период		10	15 - 20	30	до 6

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

оздоровительный этап		5				
----------------------	--	---	--	--	--	--

футбол

Этап спортивной подготовки	Период	Минимальный возраст зачисления	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации (3 года)		7	10 - 12	16	16
	Начальной специализации (2 года)	10	10	12 - 14	20	14
						12
Этап начальной подготовки	Свыше одного года (2 года)	8	12	16 - 18	22	9
	До одного года		15	18 - 20	25	6
Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	7	10	15 - 20	30	до 6

волейбол

Этап спортивной подготовки	Период	Минимальный возраст зачисления	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации (3 года)		7	10 - 12	16	18
						16
						14
Этап начальной подготовки	Начальной специализации (2 года)	12	10	12 - 14	18	12
						9
Этап начальной подготовки	Свыше одного года (2 года)	9	12	16 - 18	20	9
	До одного года		15	18 - 20	25	6

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	8	10	15 - 20	30	до 6
--------------------------------	-------------	---	----	---------	----	------

баскетбол

Этап спортивной подготовки	Период	Минимальный возраст зачисления	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации (3 года)		7	10 - 12	16	18
						16
						14
Этап начальной подготовки	Начальной специализации (2 года)	12	10	12 - 14	18	12
	Свыше одного года (2 года)	8	12	16 - 18	20	9
До одного года	15		18 - 20	25	6	
Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	7	10	15 - 20	30	до 6

бокс

Этап спортивной подготовки	Период	Минимальный возраст зачисления	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах	
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Углубленной специализации (1 год)		7	10 - 12	16	18	
		Начальной специализации (2 года)	12	10	12 - 14	20	14
							12
Этап начальной подготовки	Свыше одного года (2 года)	10	12	16 - 18	22	9	
	До одного года		15	18 - 20	25	6	

Спортивно-оздоровительный этап	Весь период	9	10	15 - 20	30	до 6
--------------------------------	-------------	---	----	---------	----	------

3. Перечень реализуемых в Учреждении дополнительных образовательных программ в области физической культуры и спорта:

- Дополнительная предпрофессиональная программа по спортивной (вольной) борьбе (7 лет освоения, 3 года - ЭНП, 4 года - ТЭ)
- Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу (8 лет освоения, 3 года - ЭНП, 5 лет - ТЭ)
- Дополнительная предпрофессиональная программа по волейболу (8 лет освоения, 3 года - ЭНП, 5 лет - ТЭ)
- Дополнительная предпрофессиональная программа по баскетболу (8 лет освоения, 3 года - ЭНП, 5 лет - ТЭ)
- Дополнительная предпрофессиональная программа по художественной гимнастике (8 лет освоения, 3 года - ЭНП, 5 лет - ТЭ)
- Дополнительная предпрофессиональная программа по боксу (6 лет освоения, 3 года - ЭНП, 3 года - ТЭ)
- Дополнительная общеразвивающая программа по боксу (1 год освоения, СО)
- Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу (1 год освоения, СО)
- Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу (1 год освоения, СО)

4. Адреса мест осуществления образовательного процесса:

- Нефтекумский район, г. Нефтекумск ул. Ленина, 56 МБУ ДО ДЮСШ НГО СК (спортивная (вольная) борьба - Джалиев Ш.Г., гимнастика художественная – Хачатурова Л.Ю.)
- Нефтекумский район, г. Нефтекумск мкр 2 МБЦУ СОШ № 3 с углубленным изучением отдельных предметов (баскетбол (спорткласс) – Даудгаджиева З.М.)
- Нефтекумский район, г. Нефтекумск ул. А.Шилиной, 26 МБОУ СОШ №1 (спортивная борьба грэпплинг – Магомедов Р.М.)
- Нефтекумский район, а. Тукуй-Мектеб МКОУ СОШ № 14 (футбол – Бекмуратов С.К., спортивная (вольная) борьба – Асфендяров Т.З.)
- Нефтекумский район, с. Кара-Тюбе МКОУ СОШ № 12 (баскетбол – Мусаев М.Х.)
- Нефтекумский район, а. Абрам-Тюбе МКОУ СОШ № 17 (волейбол – Елакаев Т.А.)
- Нефтекумский район, п. Затеречный МКОУ СОШ № 6 (спортивная (вольная) борьба – Исаев Н.Г.)
- Нефтекумский район, с. Ачикулак МКОУ СОШ № 10 (футбол (юноши) Магомедов М.А., волейбол (спорткласс) – Загрудный В.В.)
- Нефтекумский район, с. Каясула МКОУ СОШ № 16 (футбол – Аманаев Д.Р.)
- Нефтекумский район, г. Нефтекумск ул. Ленина МБУ СОК «Старт» (волейбол – Тебуев Р.Р.)
- Нефтекумский район, г. Нефтекумск пл. Ленина ДК «Нефтяник» (бокс – Магомедов Р.М.)
- Нефтекумский район, а. Махмуд-Мектеб МКОУ СОШ № 15, а. Уллуби-Юрт МКОУ СОШ № 11 (спортивная (вольная) борьба – Шамуратов С.Г.)
- Нефтекумский район, а. Озек-Суат МКОУ СОШ № 7 (волейбол – Пирмухаметов М.С.)
- Нефтекумский район, х. Андрей-Курган МКОУ СОШ № 9 (баскетбол – Крицкий С.А.)

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

5. Количество учебных групп по годам обучения и отделениям:

№	вид спорта	кол. детей	НП-1		НП-2		НП-3		ТГ-1		ТГ-2		ТГ-3		ТГ-4		СОГ		кол-во часов	
			гр/ч	час	гр/ч	час	гр/ч	час	гр/ч	час	гр/ч	час	гр/ч	час	гр/ч	час	гр/ч	час		
1	художественная гимнастика	47	1/25	6					2/22	24									30	
2	вольная борьба (грепплинг)	323					1/30	9	1/18	12	1/16	14							145	
							1/29	9	1/18	12	1/15	14								
							2/47	18	1/20	12										
			3/69	18																
			1/20	6			1/18	9	1/23	12										
3	волейбол	99					1/19	9	1/16	12									45	
									1/27	12										
																1/15	6			
																1/22	6			
4	футбол	178	1/30	6							2/37	28							79	
			1/20	6			1/22	9	1/24	12										
			3/45	18																
5	баскетбол	107	1/17	6			1/22	9	1/28	12									39	
																1/30	6			
																1/10	6			
6	бокс	57						1/21	12	1/15	14						1/21	6	32	
			11/226	66			8/187	72	11/217	132	5/83	70					5/98	30		
ИТОГО			групп 40																	
			часов 370																	
			обучающихся 811																	

6. Регламент образовательного процесса:

Продолжительность учебной недели – 6 дней.

Учебные занятия проводятся в 2 смены с 8⁰⁰ часов до 20⁰⁰ часов ежедневно в соответствии с расписанием занятий и режимом работы учреждения.
Для обучающихся 16-18 лет допускается окончание занятий в 21⁰⁰ час.

Продолжительность академического часа – 45 минут.

Продолжительность одного учебного занятия в группах начальной подготовки 2 – 2,15 академических часа, в тренировочных группах – 3 часа.

Группа спортивно-оздоровительная, начальной подготовки **1 года обучения** до 6 часов в неделю - 3 раза в неделю по 2 часа.

Группа начальной подготовки **2-3 год обучения** 9 часов в неделю - 3 раза в неделю по 2 часа 15 минут, 1 раз – 2 часа.

Тренировочная группа **1 года обучения** 12 часов в неделю – 4 раза по 3 часа.

Тренировочная группа **2 года обучения** 12-14 часов в неделю – (12) 4 раза по 3 часа; (14) 4 раза по 3 часа и 1 раз – 2 часа.

Тренировочная группа **4-5 года обучения** 18 часов в неделю – 6 раз по 3 часа.

Рабочий день директора: **не нормированный**.

Рабочее время зам. директора по УВР (понедельник – пятница) **с 09:00 до 18:00 ч.** Обед: **12:00 – 13:00 ч.**

Рабочее время инструктора-методиста: (понедельник – пятница, кроме среды) **с 09:00 до 17:00 ч., среда - с 08:00 до 17:00 ч.** Обед: **12:00 – 13:00 ч.**

Рабочее время, выходные дни тренеров-преподавателей согласно утвержденного расписания на 2020-2021 учебный год.

7.Регламент административных совещаний:

Педагогический совет – **2-4 раза в год**

Совещание при директоре – **1 раз в месяц**

Совет Учреждения – при необходимости

Общее собрание трудового коллектива - при необходимости

Время приема граждан директором - ежедневно **с 08:00 до 17:00 ч.** Обед: **12:00 – 13:00 ч.**

зам. директора – ежедневно **с 09:00 до 17:00 ч.** Обед: **12:00 – 13:00 ч.**

8. Основные формы образовательного процесса:

групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;

медико-восстановительные мероприятия;

тестирование и медицинский контроль;

участие в соревнованиях, учебно-тренировочных сборах;

летний спортивно-оздоровительный лагерь и другие формы отдыха, оздоровления и занятости в каникулярное время;

инструкторская и судейская практика обучающихся.

9.Соревновательная деятельность:

Соревновательная деятельность обучающихся осуществляется в соответствии с календарем спортивно - массовых мероприятий МБУ ДО ДЮСШ НГО СК на 2022-2023 учебный год, составленным на основании:

Календаря спортивно-массовых мероприятий Ставропольского края на 2022 год, на 2023 год;

Положений о проведении соревнований по видам спорта

Планов работы тренеров-преподавателей учреждения.

10.Режим работы в период школьных каникул:

Занятия в период каникул проводятся в соответствии с календарно-тематическими планами, допускаются изменения форм и расписания занятий.

Праздничные дни:

Праздничные (нерабочие) дни согласно Законодательства РФ, но на усмотрение тренеров-преподавателей:

январь Новый год;

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

февраль День защитника отечества;
март Международный женский день;
май Праздник весны и труда, День Победы;
июнь День России;
ноябрь День народного единства.

11. Работа с родителями: проводятся родительские собрания в группах не реже двух раз в год (в начале учебного года и по окончании учебного года), дополнительно в течение года проводится индивидуальная работа с родителями.

12. Учебный план (виды подготовки и максимальное количество часов в неделю) по видам спорта:

Учебный план распределения часов по волейболу

Виды подготовки	Этапы подготовки						
	СО	начальной подготовки		тренировочный			
		1	2-3	1-2	3	4	5
Общая физическая подготовка	82	64	96	100	72	82	92
Специальная физическая подготовка	42	22	42	74	82	94	106
Техническая подготовка	32	44	74	116	147	168	189
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия	18	32	52	110	153	172	195
Технико-тактическая (интегральная) подготовка	36	32	44	50	58	68	76
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	6	22	34	54	76	88	98
Общий объем часов за год	216	216	342	504	588	672	756
Количество часов в неделю	6	6	9	12	14	16	18

Учебный план распределения часов по баскетболу

Виды подготовки	Этапы подготовки							
	СО	начальной подготовки		тренировочный				
		1	2-3	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	82	64	96	102	100	72	82	92
Специальная физическая подготовка	42	22	42	80	74	82	94	106
Техническая подготовка	32	44	74	120	116	147	168	189
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка,	18							

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

медико-восстановительные мероприятия		32	52	100	110	153	172	195
Технико-тактическая (интегральная) подготовка	36	32	44	50	50	58	68	76
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	6	22	34	52	54	76	88	98
Общий объем часов за год	216	216	342	504	504	588	672	756
Количество часов в неделю	6	6	9	12	12	14	16	18

Учебный план распределения часов по футболу

Виды подготовки	Этапы подготовки							
	СО	начальной подготовки		тренировочный				
		1	2-3	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	50	72	86	88	96	100	96	92
Специальная физическая подготовка	44	36	72	76	80	88	86	84
Техническая подготовка	36	34	76	118	146	128	122	120
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	24	8	16	40	52	64	66	64
Технико-тактическая (интегральная) подготовка	54	54	76	150	176	234	242	250
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	8	8	12	26	30	48	50	52
Контрольные нормативы		4	4	6	8	10	10	10
Общий объем часов за год	216	216	342	504	588	672	672	672
Количество часов в неделю	6	6	9	12	14	16	16	16

Учебный план распределения часов по спортивной борьбе (вольная борьба)

Виды подготовки	СОГ	Этапы подготовки					
		начальной подготовки		тренировочный			
		год обучения					
		1-й	2-3	1	2	3	4
Общая физическая подготовка	108	108	136	142	148	152	146
Специальная физическая подготовка	38	38	68	116	118	190	196
Технико-тактическая подготовка	54	54	102	136	176	226	220
Теоретическая и психологическая подготовка	14	10	16	34	46	46	48
Восстановительные мероприятия	-	-	4	30	36	74	76
Инструкторская и судейская практика	-	-	4	12	16	16	16

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Участие в соревнованиях	2	2	8	28	36	38	40
Контрольные испытания	-	4	4	6	12	14	14
Общий объем часов за год	216	216	342	504	588	756	756
Количество часов в неделю	6	6	9	12	14	18	18

Учебный план распределения часов по художественной гимнастике

Виды подготовки	Этапы подготовки						
	начальной подготовки	тренировочный					
		год обучения					
	1	2-3	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	98	150	100	106	134	150	144
Специальная физическая подготовка	82	130	100	130	148	168	172
Техническая подготовка	18	28	126	146	168	190	194
Тактическая подготовка	-	-	26	30	34	38	42
Теоретическая	10	18	40	46	52	60	50
Контрольные испытания	8	12	12	12	14	14	14
Показательные выступления и соревнования	-	4	76	88	88	98	98
Восстановительные мероприятия	-	-	24	30	34	38	42
Общий объем часов за год	216	342	504	588	672	756	756
Количество часов в неделю	6	9	12	14	16	18	18

Учебный план распределения часов по боксу

Разделы подготовки	СОГ	Этапы спортивной подготовки					
		начальной подготовки	тренировочный				
			год обучения				
		1 год	2-3	1-2	3	4	5
Общая физическая подготовка	130	128	160	194	146	160	180
Специальная физическая подготовка	40	40	77	126	168	202	226
Технико-тактическая подготовка	38	38	85	126	194	222	248
Теоретическая и психологическая подготовка	8	8	10	20	18	20	22
Восстановительные мероприятия	-	-	-	6	12	14	16
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	10	12	14	16
Участие в соревнованиях	-	-	6	16	30	32	40
Контрольные нормативы	-	2	4	6	8	8	8

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
НЕФТЕКУМСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
ГОДОВОЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Общий объем часов за год	216	216	342	504	588	672	756
Количество часов в неделю	6	6	9	12	14	16	18