

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

СОГЛАСОВАН
 Профсоюзным комитетом МБУ ДО ДЮСШ НГО СК
 Протокол заседания от 31 августа 2022 года № 1
 А.Л. Аракелова

УТВЕРЖДЕНО
 Приказом МБУ ДО ДЮСШ НГО СК
 от 31 августа 2022 года № 12-ОД
 Директор МБУ ДО ДЮСШ НГО СК 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. +сорежновательная деятельность |
|----------------------------------------|-------------|---------|-------------|---------|-------------|----------------------------------------------|

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) | | 12 | 16 - 18 | 22 | 9 |
| | До одного года | 10 | 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 | | 10 | 12 - 14 | 20 | 14 |

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

| | | | | | | | | | |
|--------------------------------|----------------------------------------------|----|----|----|---------|----|----|----|------|
| | (2 года) | 10 | | | | | | | 12 |
| Этап начальной подготовки | Свыше одного года (2 года) До одного года | 6 | 12 | 15 | 16 - 18 | 22 | 25 | 30 | 9 |
| | | | | | | | | | 6 |
| Спортивно-оздоровительный этап | Весь период | 5 | 10 | | 15 - 20 | | | | до 6 |

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) | Начальной специализации (2 года) | 10 | 10 | 12 - 14 | 20 | 14 |
| | | | | | | |
| 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) | | | | | 16 | 16 |
| | | | | | | |

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

| | | | | | | |
|--------------------------------|-------------------------------------|----|----|---------|----|------|
| | Начальной специализации (2 года) | 12 | 10 | 12 - 14 | 18 | 12 |
| Этап начальной подготовки | Свыше одного года (2 года) | 9 | 12 | 16 - 18 | 20 | 9 |
| | До одного года | | 15 | 18 - 20 | 25 | 6 |
| 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 |
| | Углубленной специализации (3 года) | | | | | |
| Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Начальной специализации (2 года) | 12 | 10 | 12 - 14 | 18 | 12 |
| | Свыше одного года (2 года) | | | | | |
| Этап начальной подготовки | До одного года | 8 | 15 | 18 - 20 | 25 | 6 |
| | Весь период | | | | | |

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 |
| | Свыше одного года (2 года) | | | | | |

| | | | | | | |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------|----|----|---------|----|----------|
| 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) | | 12 | 16 - 18 | 22 | 9 |
| | До одного года | 10 | 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 - Асфендияров 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. Загеречный 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 – Тебурев 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 – Шамурагов 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.)

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 | | | | | | | |
| 3 | волейбол | 99 | 3/69 | 18 | | | | | | | | | | | | | | | 45 |
| | | | 1/20 | 6 | | | 1/18 | 9 | 1/23 | 12 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 1/19 | 9 | 1/16 | 12 | | | | | | | | | |
| 4 | футбол | 178 | | | | | | | | | | | | | | | | | 79 |
| | | | 1/30 | 6 | | | | | | | | | 2/37 | 28 | | | | | |
| | | | 1/20 | 6 | | | 1/22 | 9 | 1/24 | 12 | | | | | | | | | |
| 5 | баскетбол | 107 | 3/45 | 18 | | | | | | | | | | | | | | | 39 |
| | | | 1/17 | 6 | | | 1/22 | 9 | 1/28 | 12 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | бокс | 57 | | | | | | | | | | | | | | | | | 32 |
| | | | | | | | 8/187 | 72 | 1/21 | 12 | 1/15 | 14 | | | | | | | |
| | | | 11/226 | 66 | | | | | 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;
- 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 | 96 | 100 | 72 | 82 | 92 | |
| Специальная физическая подготовка | 42 | 42 | 74 | 82 | 94 | 106 | |
| Техническая подготовка | 32 | 74 | 116 | 147 | 168 | 189 | |
| Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия | 18 | 52 | 110 | 153 | 172 | 195 | |
| Технико-тактическая (интегральная) подготовка | 36 | 44 | 50 | 58 | 68 | 76 | |
| Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика | 6 | 34 | 54 | 76 | 88 | 98 | |
| Общий объем часов за год | 216 | 342 | 504 | 588 | 672 | 756 | |
| Количество часов в неделю | 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, медико-восстановительные мероприятия | 18 | | | | | | | | | |
| Технико-тактическая (интегральная) подготовка | 36 | 32 | 52 | 100 | 110 | 153 | 172 | 195 | | |
| 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 | | | | |
| | | 1-й | 2-3 | 1 | 2 | 3 | 4 | год обучения | |
| 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 | | |
| 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 | начальной подготовки | Этапы подготовки | | | | | | | |
|------------------------------------------|----------------------|----------------------|------------|------------|------------|------------|---------------|---|--------------|
| | | начальной подготовки | | | | | тренировочный | | |
| | | 1 | 2-3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | год обучения |
| 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 | | |

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

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