Приложение 3 к приказу от 31.08.2019 года №44

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДЮСШ №5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В.Ким

**Учебный план-график**

**на 2019-2020 учебный год для группы НП1 с сокращённым сроком обучения**

(34 недели, 6 часов в неделю)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание занятий** | **Месяцы** | | | | | | | | **Всего часов** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |  |
| **Теоретическая подготовка** |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 6 |
| **ОФП и СФП** | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 38 |
| **Избранный вид спорта** | 12 | 15 | 15 | 15 | 12 | 14 | 16 | 19 | 118 |
| **Другие виды спорта и подвижные игры** |  |  | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 4 |
| **Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка** | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 17 |
| **Самостоятельная работа** | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 11 |
| **Участие в соревнованиях** | По календарному плану соревнований | | | | | | | | |
| **Медицинское обследование** | Справка | | | | | | | | |

**18 24 26 26 22 24 24 30 194**

Приложение 3 к приказу от 31.08.2019 года №44

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДЮСШ №5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В.Ким

**Учебный план-график**

**на 2019-2020 учебный год для группы СО с сокращённым сроком обучения**

(34 недели, 6 часов в неделю)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание занятий** | **Месяцы** | | | | | | | | **Всего часов** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |  |
| **Теоретическая подготовка** |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 6 |
| **ОФП и СФП** | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 38 |
| **Избранный вид спорта** | 12 | 15 | 15 | 15 | 12 | 14 | 16 | 19 | 118 |
| **Другие виды спорта и подвижные игры** |  |  | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 4 |
| **Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка** | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 17 |
| **Самостоятельная работа** | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 11 |
| **Участие в соревнованиях** | По календарному плану соревнований | | | | | | | | |
| **Медицинское обследование** | Справка | | | | | | | | |

**18 24 26 26 22 24 24 30 194**

Приложение 3 к приказу от 31.08.2019 года №44

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДЮСШ №5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В.Ким

**Учебный план-график**

**на 2019-2020 учебный год для группы НП 2,НП 3 с сокращённым сроком обучения**

(34 недели, 6 часов в неделю)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание занятий** | **Месяцы** | | | | | | | | | | | **Всего часов** |
| **9** | **10** | **11** | **12** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |  |
| **Теоретическая подготовка** |  | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 16 |
| **ОФП и СФП** | 7 | 7 | 5 | 5 | 6 | 5 | 8 | 7 | 4 | 4 | 2 | 60 |
| **Избранный вид спорта** | 12 | 14 | 12 | 16 | 9 | 12 | 12 | 10 | 10 | 10 | 2 | 119 |
| **Другие виды спорта и подвижные игры** | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 17 |
| **Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка** | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 35 |
| **Участие в соревнованиях** | По календарному плану соревнований | | | | | | | | | | | |
| **Самостоятельная работа** | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 11 |
| **Медицинское обследование** | 2 раза в год | | | | | | | | | | | |

**24 28 25 27 24 23 27 24 22 22 12 258**

Приложение 3 к приказу от 31.08.2019 года №44

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДЮСШ №5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В.Ким

**Учебный план-график**

**на 2019-2020 учебный год для группы ТЭ 1,ТЭ 2 с сокращённым сроком обучения**

(34 недели, 6 часов в неделю)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание занятий** | **Месяцы** | | | | | | | | | | | **Всего часов** |
| **9** | **10** | **11** | **12** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |  |
| **Теоретическая подготовка** | 5 | 5 | 2 | 5 | 1 | 3 | 5 | 5 | 3 | 3 | 2 | 39 |
| **ОФП и СФП** | 7 | 7 | 8 | 7 | 6 | 8 | 7 | 8 | 7 | 8 | 6 | 79 |
| **Избранный вид спорта** | 19 | 19 | 19 | 19 | 15 | 19 | 19 | 19 | 15 | 19 | 8 | 190 |
| **Другие виды спорта и подвижные игры** | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 20 |
| **Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка** | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | **39** |
| **Участие в соревнованиях** | По календарному плану спортивных соревнований | | | | | | | | | | | |
| **Инструкторская и судейская практика Самостоятельная работа** | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 |  | 16 |
| **Медицинское обследование** | 2 раза в год | | | | | | | | | | | |

**39 39 36 38 27 38 38 40 30 37 19 383**

Приложение 3 к приказу от 31.08.2019 года №44

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДЮСШ №5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В.Ким

**Учебный план-график**

**на 2019-2020 учебный год для группы ТЭ 3,ТЭ и ТЭ 4 с сокращённым сроком обучения**

(34 недели, 6 часов в неделю)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание занятий** | **Месяцы** | | | | | | | | | | | | | **Всего часов** |
| **9** | **10** | | **11** | | **12** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |  |
| **Теоретическая подготовка** | 3 | 2 | | 2 | | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | **23** |
| **ОФП и СФП, восстановительные мероприятия** | 10 | 10 | | 10 | | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 6 | **106** |
| **Избранный вид спорта** | 23 | 25 | | 20 | | 20 | 19 | 20 | 20 | 20 | 20 | 20 | 5 | **212** |
| **Другие виды спорта и подвижные игры** | 3 | 2 | | 2 | | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | **23** |
| **Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка** | 5 | 5 | | 5 | | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | **53** |
| **Участие в соревнованиях** |  | |  | | По календарному плану спортивных соревнований | | | | | | | | | |
| **Инструкторская и судейская практика Самостоятельная работа** | 3 | 3 | | 2 | | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | **29** |
| **Медицинское обследование** | 2 раза в год | | | | | | | | | | | | | |

**47 47 41 42 41 42 41 42 42 41 20 446**

Приложение 3 к приказу от 31.08.2019 года №44

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКУ ДО ДЮСШ №5

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.В.Ким

**Учебный план-график**

**на 2019-2020 учебный год для группы ССМ1,СММ2 и ССМ3 с сокращённым сроком обучения**

(34 недели, 6 часов в неделю)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Содержание занятий** | **Месяцы** | | | | | | | | | | | **Всего часов** |
| **9** | **10** | **11** | **12** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |  |
| **Теоретическая подготовка** | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | **34** |
| **ОФП и СФП, восстановительные мероприятия** | 15 | 15 | 16 | 16 | 11 | 14 | 15 | 15 | 17 | 15 | 11 | **159** |
| **Избранный вид спорта** | 33 | 33 | 33 | 34 | 33 | 33 | 34 | 31 | 33 | 33 | 3 | **332** |
| **Другие виды спорта и подвижные игры** | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | **35** |
| **Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка** | 8 | 8 | 8 | 8 | 4 | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 | 3 | 79 |
| **Участие в соревнованиях** | По календарному плану спортивных соревнований | | | | | | | | | | | |
| **Инструкторская и судейская практика Самостоятельная работа** | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 28 |
| **Медицинское обследование** | 2 раза в год | | | | | | | | | | | |

**65 66 66 67 56 6666626665 25 670**