УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО СШ «Юбилейная»
_____ И.С. Данилова
01.09.2026 г.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР

СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ЮБИЛЕЙНАЯ»

на 2026-2027 учебный год

Краснодар, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования муниципального образования город Краснодар спортивной школы «Юбилейная» (далее – МБОУ ДО СШ «Юбилейная») является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в учреждении.

Учебный план спортивной школы составлен в соответствии с нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Приказ Минспорта России от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительных программа спортивной подготовки» (с изменениями и дополнениями);

- Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23 октября 2020 г. № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях» (с изменениями и дополнениями);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта МБОУ ДО СШ «Юбилейная»;

- Устав МБОУ ДО СШ «Юбилейная».

Учебный план отображает основные цели и задачи, стоящие перед учреждением:

- разностороннее развитие личности ребенка;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

- укрепление физических и духовных сил обучающегося;

- освоение базового минимума знаний, умений и навыков в физкультурно-оздоровительной деятельности, а также развитие и совершенствование знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта.

Учебный год в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» начинается 1 сентября и длится до 31 августа.

Ежегодно МБОУ ДО СШ «Юбилейная» реализует дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы физкультурно-спортивной направленности (спортивно-оздоровительный этап) и дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта (этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап, этап совершенствовании спортивного мастерства).

Занятия в группах по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам физкультурно-спортивной направленности проводятся по учебному плану, рассчитанному на 46 недель в год для реализации предметных областей в рамках проведения

теоретических и практических занятий, тренировочных и спортивных мероприятий, в том числе с применением дистанционных технологий, на основании распоряжения директора.

Занятия начинаются не ранее 8:00 часов и заканчиваются не позднее 20:00 часов по местному времени. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21:00 часов.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не должна превышать двух академических часов при трехразовых учебно-тренировочных занятиях в неделю.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- с использованием дистанционных технологий;
- тестирование.

Расписание занятий составляется администрацией МБОУ ДО СШ «Юбилейная» в целях определения более благоприятного режима учебных занятий и отдыха обучающихся, обучения их в общеобразовательных и других учреждениях.

Таблица 1 – Реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности

№ п/п	Уровни программы	Продолжительность
1	Ознакомительный	46 недель (276 часов)
2	Базовый	46 недель (276 часов)

Таблица 2 – Годовой учебный план по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программ физкультурно-спортивной направленности

№ п/п	Вид подготовки	Форма контроля			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение	2	2	-	Беседа, Обсуждение
2.	Теоретическая и тактическая подготовки	4	4	-	Беседа, Обсуждение
3.	Общая физическая подготовка	14	-	14	Практика, Тестирование
4.	Техническая подготовка	4	-	4	Практика, Тестирование
5.	Игровая подготовка	2	-	2	Практика
6.	Контрольные занятия	4	2	2	Итоговая аттестация
Всего		**276**	**68**	**208**	-

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки рассчитаны на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (Приложение 1) (Включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочный процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10 % и не более 20 % от общего количества часов, предусмотренных годом учебно-тренировочным планом организации.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки – двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) – трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства – четырех часов;

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день, суммарная продолжительность занятия не должна составлять более возьми часов. В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, а также инструкторская и судейская практики.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия спортивных соревнованиях.

Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам спортивной подготовки;
- тренировочные мероприятия;
- участие в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейские практики;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Таблица 3 – Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта

№ п/п	Наименование программы	Этап подготовки	Продолжительность обучения в течении года
1.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Баскетбол	ЭНП (1,2 гг.) ЭНП (3 г.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (416 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)
2.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Волейбол	ЭНП (1,2 гг.) ЭНП (3 г.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (416 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)
3.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Гандбол	ЭНП (1,2 гг.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)
4.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Легкая атлетика	ЭНП (1,2 гг.) ЭНП (3 г.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (416 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)
5.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Танцевальный спорт	ЭНП (1,2 гг.) ЭНП (3 г.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (416 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)
6.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Футбол	ЭНП (1,2 гг.) ЭНП (3 г.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (416 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)
7.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Художественная гимнастика	ЭНП (1,2 гг.) ЭНП (3 г.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.) ЭССМ (1,2,3 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (416 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов) 52 недели (1040 часов)
8.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта	ЭНП (1,2 гг.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)

	Чир спорт		
9.	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта Эстетическая гимнастика	ЭНП (1,2 гг.) ЭНП (3 г.) УТЭ (1,2,3 гг.) УТЭ (4,5 гг.)	52 недели (312 часов) 52 недели (416 часов) 52 недели (624 часов) 52 недели (728 часов)

Таблица 4 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Баскетбол**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	8	15-30
	2				
	3	8	416		
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	11	12-24
	2				
	3				
	4	14	728		
	5				

Таблица 5 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Волейбол**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	8	14-28
	2				
	3	8	416		
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	11	12-24
	2				
	3				
	4	14	728		
	5				

Таблица 6 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Гандбол**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	8	16-32
	2				
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	10	12-24
	2				
	3				
	4	14	728		
	5				

Таблица 7 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Легкая атлетика**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	9	12-24
	2				
	3	8	416		
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	12	5-10
	2				
	3				
	4	14	728		
	5				

Таблица 8 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Танцевальный спорт**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	6	10-20
	2				
	3	8	416		
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	9	8-16
	2				
	3				
	4	14	728		
	5				

Таблица 9 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Футбол**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	7	14-28
	2				
	3	8	416		
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	10	12-24
	2				
	3				
	4	14	728		

	5				

Таблица 10 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Художественная гимнастика**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	6	12-24
	2				
	3	8	416		
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	8	5-10
	2				
	3				
	4	14	728		
	5				

Таблица 11 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Чир спорт**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	7	12-24
	2				
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	8	8-16
	2				
	3				
	4	14	728		

Таблица 12 – Информация об объеме учебно-тренировочной нагрузки по этапам спортивной подготовки, их сроках реализации, минимальном возрасте и количестве лиц, проходящих спортивную подготовку в МБОУ ДО СШ «Юбилейная» по виду спорта **Эстетическая гимнастика**

Этап спортивной подготовки	Срок реализации/ Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год	Минимальны возраст лиц, проходящих спортивную подготовку	Наполня-емость человек
Этап начальной подготовки	1	6	312	6	15-30
	2				
	3	8	416		
Учебно-тренировочный этап	1	12	624	8	8-16
	2				
	3				

	4 5	14	728		

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Баскетбол»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки			*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	3	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	86	76	88	94	94	94	88	88
2.	Специальная физическая подготовка	46	50	72	112	112	112	142	142
3.	Участие в спортивных соревнованиях	0	6	6	42	42	42	50	50
4.	Техническая подготовка	80	80	114	138	138	138	164	164
5.	Тактическая подготовка	38	38	46	62	62	62	85	85
6.	Теоретическая подготовка	10	10	15	25	25	25	25	25
7.	Психологическая подготовка	10	10	15	15	15	15	15	15
8.	Инструкторская практика	-	-	-	5	5	5	8	8
9.	Судейская практика	-	-	-	5	5	5	7	7
10.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	2	4	4	4	4	4
11.	Восстановительные мероприятия	4	4	4	8	8	8	12	12
12.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4	4	4	6	6	6	8	8
13.	Интегральная подготовка	32	32	50	108	108	108	120	120
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**416**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Волейбол»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки			*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	3	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	76	76	96	124	124	124	102	102
2.	Специальная физическая подготовка	43	43	60	94	94	94	136	136
3.	Участие в спортивных соревнованиях	6	6	6	36	36	36	42	42
4.	Техническая подготовка	92	92	111	164	164	164	188	188
5.	Тактическая подготовка	22	22	36	64	64	64	72	72
6.	Теоретическая подготовка	15	15	20	30	30	30	30	30
7.	Психологическая подготовка	15	15	20	30	30	30	30	30
8.	Инструкторская практика	-	-	-	3	3	3	5	5
9.	Судейская практика	-	-	-	3	3	3	5	5
10.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	2	4	4	4	4	4
11.	Восстановительные мероприятия	4	4	6	6	6	6	8	8
12.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4	4	4	4	4	4	6	6
13.	Интегральная подготовка	33	33	55	62	62	62	100	100
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**416**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Гандбол»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки						
		Этап начальной подготовки		*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах						
		6	6	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах						
		2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	98	76	122	122	122	142	142
2.	Специальная физическая подготовка	52	50	140	140	140	156	156
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	24	24	24	24	30	30
4.	Техническая подготовка	106	96	186	186	186	212	212
5.	Тактическая подготовка	28	36	58	58	58	64	64
6.	Теоретическая подготовка	10	10	25	25	25	30	30
7.	Психологическая подготовка	10	10	25	25	25	30	30
8.	Инструкторская практика	-	-	10	10	10	14	14
9.	Судейская практика	-	-	10	10	10	14	14
10.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	4	4	4	4	4
11.	Восстановительные мероприятия	4	6	12	12	12	20	20
12.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	2	8	8	8	12	12
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Легкая атлетика»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки			*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	3	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	108	84	122	134	134	134	156	156
2.	Специальная физическая подготовка	76	80	106	156	156	156	168	168
3.	Участие в спортивных соревнованиях	6	24	24	36	36	36	50	50
4.	Техническая подготовка	66	66	88	170	170	170	186	186
5.	Тактическая подготовка	18	18	25	45	45	45	52	52
6.	Теоретическая подготовка	15	15	18	23	23	23	30	30
7.	Психологическая подготовка	15	15	17	22	22	22	30	30
8.	Инструкторская практика	-	-	-	9	9	9	12	12
9.	Судейская практика	-	-	-	9	9	9	12	12
10.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	2	4	4	4	4	4
11.	Восстановительные мероприятия	4	4	6	8	8	8	14	14
12.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	4	8	8	8	8	14	14
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**416**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Танцевальный спорт»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки			*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	3	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	100	84	94	114	114	114	98	98
2.	Специальная физическая подготовка	46	50	80	110	110	110	112	112
3.	Участие в спортивных соревнованиях	24	36	48	60	60	60	56	56
4.	Техническая подготовка	112	112	148	248	248	248	332	332
5.	Тактическая подготовка	14	14	16	26	26	26	34	34
6.	Теоретическая подготовка	5	5	10	15	15	15	20	20
7.	Психологическая подготовка	5	5	10	15	15	15	20	20
8.	Инструкторская практика	-	-	-	11	11	11	18	18
9.	Судейская практика	-	-	-	11	11	11	18	18
10.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	2	4	4	4	4	4
11.	Восстановительные мероприятия	2	2	4	4	4	4	8	8
12.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	2	4	6	6	6	8	8
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**416**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Чир спорт»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки			*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	3	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	140	140	150	177	177	177	118	118
2.	Специальная физическая подготовка	78	78	90	125	125	125	182	182
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	8	19	19	19	37	37
4.	Техническая подготовка	32	32	46	100	100	100	146	146
5.	Тактическая подготовка	16	16	32	50	50	50	59	59
6.	Теоретическая подготовка	16	16	32	50	50	50	59	59
7.	Психологическая подготовка	16	16	32	50	50	50	59	59
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	6	6	10	13	13	13	22	22
9.	Инструкторская практика	-	-	-	7	7	7	8	8
10.	Судейская практика	-	-	-	7	7	7	8	8
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	4	4	8	13	13	13	15	15
12.	Восстановительныемероприятия	4	4	8	13	13	13	15	15
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**416**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Футбол»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки			*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	3	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	43	43	62	92	92	92	112	112
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	-	46	46	46	72	72
3.	Участие в спортивных соревнованиях	10	10	14	20	20	20	28	28
4.	Техническая подготовка	142	142	183	214	214	214	136	136
5.	Тактическая подготовка	2	2	4	16	16	16	22	22
6.	Теоретическая подготовка	1	1	2	16	16	16	22	22
7.	Психологическая подготовка	1	1	2	16	16	16	22	22
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4	4	6	6	6	6	18	18
9.	Инструкторская практика	-	-	-	6	6	6	10	10
10.	Судейская практика	-	-	-	6	6	6	10	10
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	3	5	6	6	6	14	14
12.	Восстановительныемероприятия	4	4	5	6	6	6	14	14
13.	Интегральная подготовка	102	102	133	174	174	174	248	248
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**416**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебный год по виду спорта «Художественная гимнастика»

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки							
		Этап начальной подготовки			*Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)*				
		1	2	3	1	2	3	4	5
		Недельная нагрузка в часах							
		6	6	8	12	12	12	14	14
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
		2	2	2	3	3	3	3	3
1.	Общая физическая подготовка	126	126	152	96	96	96	62	62
2.	Специальная физическая подготовка	64	64	88	144	144	144	165	165
3.	Участие в спортивных соревнованиях	10	10	16	22	22	22	32	32
4.	Техническая подготовка	88	88	129	278	278	278	361	361
5.	Тактическая подготовка	4	4	5	14	14	14	18	18
6.	Теоретическая подготовка	4	4	5	14	14	14	18	18
7.	Психологическая подготовка	4	4	5	20	20	20	32	32
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4	4	6	12	12	12	12	12
9.	Инструкторская практика	-	-	-	-	-	-	-	-
10.	Судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	4	4	5	12	12	12	14	14
12.	Восстановительныемероприятия	4	4	5	12	12	12	14	14
Общее количество часов в год		**312**	**312**	**416**	**624**	**624**	**624**	**728**	**728**