

«СОГЛАСОВАНО»
Председатель ПК МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»

 Е.М.Менькова

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»
Е.В.Цветкова
утверждён приказом № 11/п от 02.08.2024г.



ГODOVOЙ
календарный учебный график МКУ ДО «Яшалтинская ДЮСШ»
на 2024-2025 учебный год

Образовательная деятельность в спортивных отделениях ДЮСШ на спортивно-оздоровительном этапе осуществляется в течении всего календарного года. График организации учебно-тренировочного процесса определён расписанием учебно-тренировочных занятий и утверждён директором.

Учебно-тренировочный процесс осуществляется в течение 6 дней с понедельника по субботу. Начало учебного года с 1 сентября. Окончание учебного года 31 августа.

Продолжительность учебного года - 46 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель - в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) по индивидуальным планам воспитанников на период их активного отдыха.

Отделение «Баскетбол»

Начало занятий – 15.00 часов

Окончание занятий – 18.00 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
I.	Теоретическая подготовка	8
II.	Практические занятия	
1.	Общая физическая подготовка	136
2.	Специальная физическая подготовка	40
3.	Изучение и совершенствование техники и тактики игры	120
4.	Инструкторская и судейская практика	-
5.	Выполнение контрольных нормативов	8
6.	Итого часов	312
7.	Максимальное количество часов в неделю	6
8.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Футбол»

Начало занятий – 14.00 часов

Окончание занятий – 17.30 часов

Годы подготовки	Учебные группы
Содержание занятий	Спортивно-оздоровительные

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель ПК МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»

_____ Е.М.Менькова

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»

_____ Е.В.Цветкова
утверждён приказом № ____ от ____ 2024г.

**ГОДОВОЙ
календарный учебный график МКУ ДО «Яшалтинская ДЮСШ»
на 2024-2025 учебный год**

Образовательная деятельность в спортивных отделениях ДЮСШ на спортивно-оздоровительном этапе осуществляется в течении всего календарного года. График организации учебно-тренировочного процесса определён расписанием учебно-тренировочных занятий и утверждён директором.

Учебно-тренировочный процесс осуществляется в течение 6 дней с понедельника по субботу. Начало учебного года с 1 сентября. Окончание учебного года 31 августа.

Продолжительность учебного года - 46 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель - в условиях оздоровительного лагеря спортивного профиля и (или) по индивидуальным планам воспитанников на период их активного отдыха.

Отделение «Баскетбол»

Начало занятий – 15.00 часов

Окончание занятий – 18.00 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
I.	Теоретическая подготовка	8
II.	Практические занятия	
1.	Общая физическая подготовка	136
2.	Специальная физическая подготовка	40
3.	Изучение и совершенствование техники и тактики игры	120
4.	Инструкторская и судейская практика	-
5.	Выполнение контрольных нормативов	8
6.	Итого часов	312
7.	Максимальное количество часов в неделю	6
8.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Футбол»

Начало занятий – 14.00 часов

Окончание занятий – 17.30 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные

I.	Теоретическая подготовка	6
II.	Практические занятия	
1.	Общая физическая подготовка	50
2.	Специальная физическая подготовка	70
3.	Техническая подготовка	130
4.	Тактическая подготовка	36
5.	Учебные и тренировочные игры	
6.	Контрольные игры и соревнования	
7.	Инструкторская и судейская практика	-
8.	Выполнение контрольных нормативов	20
9.	Итого часов	312
10.	Максимальное количество часов в неделю	6
11.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Вольная борьба»

Начало занятий – 15.00 часов

Окончание занятий – 16.30 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
1.	Теоретическая подготовка	12
2.	Общая физическая подготовка	152
3.	Специальная физическая подготовка	46
4.	Технико-тактическая подготовка	72
5.	Психологическая подготовка	10
6.	Соревновательная подготовка	4
7.	Инструкторская и судейская практика	-
8.	Приемные и переводные испытания	12
9.	Восстановительные мероприятия	-
10.	Врачебный и медицинский контроль	4
11.	Итого часов	312
12.	Максимальное количество часов в неделю	6
13.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Настольный теннис»

Начало занятий – 15.00 часов

Окончание занятий – 16.30 часов

Годы подготовки	Учебные группы
-----------------	----------------

Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
I.	Теоретическая подготовка	10
II.	Практические занятия	
1.	Общая физическая подготовка	87
2.	Специальная физическая подготовка	58
3.	Техническая подготовка	73
4.	Тактическая подготовка	29
5.	Игровая подготовка	29
6.	Соревнования	14
7.	Выполнение контрольных нормативов	8
8.	Инструкторская и судейская практика	-
9.	Восстановительные мероприятия	-
10.	Медицинское обследование	4
11.	Итого часов	312
12.	Максимальное количество часов в неделю	6
13.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Оздоровительная аэробика»

Начало занятий – 16.00 часов

Окончание занятий – 17.30 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
I.	Теоретическая подготовка	10
II.	Практические занятия	
1.	Общефизическая подготовка	60
2.	Специальная физическая подготовка	90
3.	Техническая подготовка	130
4.	Оздоровление	20
5.	Выполнение контрольных нормативов	2
6.	Итого часов	312
7.	Максимальное количество часов в неделю	6
8.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Самбо»

Начало занятий – 16.00 часов

Окончание занятий – 19.00 часов

Годы подготовки	Учебные группы
-----------------	----------------

Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
1.	Теоретическая подготовка	1
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	12
3.	Специальная физическая подготовка (СФП)	113
4.	Технико-тактическая подготовка (ТПП)	49
5.	Психологическая подготовка	108
6.	Контрольные соревнования	10
7.	Инструкторская и судейская практика	4
8.	Контрольно-переводные испытания	12
9.	Восстановительные мероприятия	-
10.	Медицинское обследование	4
11.	Итого часов	312
12.	Максимальное количество часов в неделю	6
13.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Бокс»

Начало занятий – 16.30 часов

Окончание занятий – 19.30 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
1.	Теоретическая подготовка	6
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	174
3.	Специальная физическая подготовка (СФП)	60
4.	Технико-тактическая подготовка (ТПП)	60
5.	Восстановительные мероприятия	-
6.	Инструкторская и судейская практика	-
7.	Медицинское обследование	4
8.	Зачетные и переводные требования	4
9.	Количество боев, проведенных на соревнованиях	4
10.	Обязательный перерыв до следующих соревнований	-
11.	Итого часов:	312
12.	Максимальное количество часов в неделю	9
13.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Шахмат»

Начало занятий – 16.00 часов

Окончание занятий – 17.30 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
I.	Теоретическая подготовка	88
II.	Практические занятия	
1.	Квалификационные турниры, анализ партий и типовых позиций, индивидуальные занятия	156
2.	Теоретические семинары, контрольные работы, доклады и рефераты учащихся	4
3.	Партии по консультации, конкурсы решения задач, этюдов, нахождения комбинаций, сеансы одновременной игры	22
4.	Выполнение контрольно-переводных нормативов и переводных требований	2
5.	Общефизическая подготовка	40
6.	Итого часов	312
7.	Максимальное количество часов в неделю	6
8.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

Отделение «Легкая атлетика»

Начало занятий – 18.30 часов

Окончание занятий – 17.30 часов

Годы подготовки		Учебные группы
Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
1.	Теоретическая подготовка	6
2.	Общая физическая подготовка	194
3.	Специальная физическая подготовка	49
4.	Участие в соревнованиях	15
5.	Восстановительные мероприятия	36
6.	Контрольные упражнения и экзамены	4
7.	Инструкторская и судейская практика	4
8.	Врачебный контроль	4
9.	Общее количество часов	312
10.	Максимальное количество часов в неделю	6
11.	Минимальная наполняемость учебных групп	15

В период каникулярного времени продолжаются учебно-тренировочные занятия по расписанию. Проводятся мероприятия в соответствии с календарным планом спортивно-массовых мероприятий и планом работы школы на каникулы.

В период летних каникул продолжается учебно-тренировочный процесс по летнему расписанию.