

«СОГЛАСОВАНО»
Председатель ПК МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»

 Е.М.Менькова

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»

 Е.В.Цветкова
утверждён приказом № 44 от 01.09 2025г.

**Годовой календарный учебный график
МКУ ДО «Яшалтинская ДЮСШ»
на 2025-2026 учебный год**

Образовательная деятельность в спортивных отделениях ДЮСШ на спортивно-оздоровительном этапе осуществляется в течении всего календарного года. График организации учебно-тренировочного процесса определен 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 – 16.00 часов

Окончание занятий – 19.30 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

«СОГЛАСОВАНО»
Председатель ПК МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»

_____ Е.М.Менькова

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МКУ ДО
«Яшалтинская ДЮСШ»

_____ Е.В.Цветкова
утверждён приказом № ___ от ___ 2025г.

**Годовой календарный учебный график
МКУ ДО «Яшалтинская ДЮСШ»
на 2025-2026 учебный год**

Образовательная деятельность в спортивных отделениях ДЮСШ на спортивно-оздоровительном этапе осуществляется в течении всего календарного года. График организации учебно-тренировочного процесса определен 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 – 16.00 часов

Окончание занятий – 19.30 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 – 16.00 часов

Окончание занятий – 19.00 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 «Волейбол»

Начало занятий – 16.00 часов

Окончание занятий – 18.30 часов

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

Содержание занятий		Спортивно-оздоровительные
1.	Теоретическая подготовка	8
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	86
3.	Специальная физическая подготовка (СФП)	45
4.	Техническая подготовка (ТП)	72
5.	Тактическая подготовка	37
6.	Интегральная подготовка	26
7.	Соревнования	24
8.	Контрольные испытания (приемные и переводные)	14
Итого часов:		312

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 – 11.00 часов

Окончание занятий – 17.00 часов

Годы подготовки	Учебные группы
	Спортивно-оздоровительные

Содержание занятий		
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 (ТТП)	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 (ТТП)	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 «Дзюдо»

Начало занятий – 14.30 часов

Окончание занятий – 19.00 часов

Годы подготовки		Учебные группы
		Спортивно-оздоровительные
Содержание занятий		
1.	Теоретическая подготовка	1
2.	Общая физическая подготовка (ОФП)	12
3.	Специальная физическая подготовка (СФП)	113
4.	Технико-тактическая подготовка (ТТП)	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

В период каникулярного времени продолжают 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.