Гаврилюк Василий Николаевич

Подписан: Гаврилюк Василий Николаевич
DN: C=RU, OU=Директор, O=МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ № 7, CN=Гаврилюк Василий Николаевич, E=dussh7@yandex.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.10.03 10:30:13+03'00'

Календарный учебный график
1 год обучения

Содержание	часы	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь			Февраль				Март					Апрель				Май			
Недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Теоретическая подготовка	8																																				
Основы знаний по физической культуре и спорту	1	0,5									0,5																										
Правила техники безопасности на занятиях	2							1											1																		
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	1																																				
Единая спортивная классификация в боксе	1													1																							
Спортивная форма	1				1									1																							
Место проведение занятий	1	0,5									0,5																										
Основные положения правил соревнований в боксе	1																										1										
ОФП	108	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
СФП	64		1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1
Технико – тактическая подготовка	36	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Контрольно-переводные испытания	4		2																															2			
Контрольные соревнования	0																																				
Инструкторская и судейская практика	0																																				
Восстановительные мероприятия	4														2																						2
Медицинское обследование	4			2																			2														
ИТОГО ЧАСОВ	216																																				

Календарный учебный график
2 год обучения

Содержание	часы	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь			Февраль				Март					Апрель				Май			
Недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Теоретическая подготовка	7																																				
Основы знаний по физической культуре и спорту	1	0,5									0,5																										
Правила техники безопасности на занятиях	1							1																													
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	1																																				
Единая спортивная классификация в боксе	1													1																							
Спортивная форма	1				1									1																							
Место проведение занятий	1	0,5									0,5																										
Основные положения правил соревнований в боксе	1																										1										
ОФП	93	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2
СФП	58		1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1
Технико – тактическая подготовка	46	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Контрольно-переводные испытания	4		2																															2			
Контрольные соревнования	4							1									1							1												1	
Инструкторская и судейская практика	0																																				
Восстановительные мероприятия	4														2																						2
Медицинское обследование	4			2																			2														
ИТОГО ЧАСОВ	216																																				

Календарный учебный график
3 год обучения

Содержание	часы	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь			Февраль				Март					Апрель				Май			
Недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Теоретическая подготовка	7																																				
Основы знаний по физической культуре и спорту	1	0,5									0,5																										
Правила техники безопасности на занятиях	1							1																													
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	1																																				
Единая спортивная классификация в боксе	1													1																							
Спортивная форма	1				1									1																							
Место проведение занятий	1	0,5									0,5																										
Основные положения правил соревнований в боксе	1																										1										
ОФП	83	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
СФП	60		1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1
Технико – тактическая подготовка	48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1
Контрольно-переводные испытания	4		1		1																													1		1	
Контрольные соревнования	6							1								1						1					1					1				1	
Инструкторская и судейская практика	0																																				
Восстановительные мероприятия	4														2																						2
Медицинское обследование	4			2																			2														
ИТОГО ЧАСОВ	216																																				