Календарный учебный график
1-2 год обучения

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 10:31:35+03'00'

Содержание	**часы**	**сентябрь**				**октябрь**				**ноября**				**декабрь**				**январь**				**февраль**				**март**				**апрель**				**май**				**июнь**		
ТЕОРИЯ	**9**	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	37	38	39
Основы знаний по физической культуре и спорту	**1**			1																																				
Правила техники безопасности на занятиях	**1**							1																																
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	**2**													2																										
Единая спортивная классификация в тайском боксе	**1**																	1																						
Спортивная форма	**1**																				1																			
Место проведение занятий	**1**																									1														
Основные положения правил соревнований в тайском боксе	**2**																													1				1						
ПРАКТИКА	**459**																																							
ОФП	**182**	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
СФП	**78**	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	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Техническая подготовка	**78**	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	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Тактическая подготовка	**78**	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	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Контрольно-переводные нормативы ОФП и СФП	**4**		2																																				2	
мед. контроль	**2**	2																			2																			
Восстановительные мероприятия	**35**	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		
Инструкторская и судейская практика	**2**																													2										
Соревнования		По плану соревнований																																						
ТОГО ЧАСОВ	**468**																																							

Календарный учебный график
3-5 год обучения

Содержание	часы	сентябрь				октябрь				ноября				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				июнь		
ТЕОРИЯ	**9**	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	37	38	39
Основы знаний по физической культуре и спорту	**1**			1																																				
Правила техники безопасности на занятиях	**1**							1																																
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	**2**													2																										
Единая спортивная классификация в боксе	**1**																	1																						
Спортивная форма	**1**																				1																			
Место проведение занятий	**1**																									1														
Основные положения правил соревнований в боксе	**2**																													1				1						
ПРАКТИКА	**693**																																							
ОФП	**182**	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
СФП	**208**	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	6	6	6	5	5	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Техническая подготовка	**122**	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Тактическая подготовка	**107**	2	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	2	2	2	2	2	2	2	2
Контрольно-переводные нормативы ОФП и СФП	**4**		2																																				2	
мед. контроль	**4**	2																			2																			
Восстановительные мероприятия	**58**	1		1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1
Инструкторская и судейская практика	**8**																													2										
Соревнования		По плану соревнований																																						
ИТОГО ЧАСОВ	**702**																																							