

«Утверждаю»
Директор МБУ ДО
г. Мурманска ДЮСШ №4
А.Н. Черепанов
«31» августа 2022 г.

Календарный учебный график
Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Самбо»

Календарный месяц	Разделы программы					
	Теория	Общая физическая подготовка	Специальная физическая подготовка	Техническая подготовка	Тактическая подготовка	Атте- стация
Сентябрь	2	8	8	7	3	1
Октябрь	2	8	8	6	4	
Ноябрь	1	7	7	6	4	1
Декабрь	1	7	7	6	3	
Январь	1	7	7	6	3	1
Февраль	1	7	8	6	3	
Март	1	7	8	6	4	
Апрель	1	7	8	6	3	1
Май	1	7	8	6	3	
Всего часов за 39 недель	11	65	69	55	30	4