



Муниципальное казенное образовательное учреждение
дополнительного образования
«ПАВЛОВСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»

Павловского муниципального района Воронежской области

396420 г.Павловск, Проспект Революции - 102 «А», тел./факс (47362) 2-68-80,

e-mail: sportschcoolpavlovsk@yandex.ru; ИНН 3620007298; ОГРН 1023601078412; ОКПО 44748353

СОГЛАСОВАНО:
Председатель профкома

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МКОУ ДО «Павловская СШ»

Е.И.Собачкина
« » 2023г.

В.А.Рясин
« » 2023г.
МП

ПРИНЯТО:
решением педагогического совета №1
от « » 2023г.

Председатель ПС

В.И.Липлявкина В.И.

**ГODOВОЙ
УЧЕБНЫЙ ПЛАН**
МКОУ ДО «Павловская СШ»
на 2023-2024 уч.год.

Разработал:
заместитель директора по УВР
В.И.Липлявкина

Пояснительная записка

Учебный план МКОУ ДО «Павловская СШ» составлен в соответствии Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), Федеральным законом от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Минспорта России от 03.08.2022 №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки» (с изменениями и дополнениями), Уставом МКОУ ДО «Павловская СШ», требований Федеральных стандартов по видам спорта, культивируемых в Павловской СШ, Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

При составлении учебного плана соблюдается преемственность между годами (этапами) обучения. Уровень учебной недельной нагрузки на учащегося не превышает предельно допустимого. Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами многолетней подготовки.

Учебный план включает в себя обучение по двум видам образовательных программ: общеразвивающие образовательные программы, рассчитанные на 1 год обучения, где спортивно-оздоровительный этап рассчитан на весь период обучения и программы спортивной подготовки по видам спорта: легкая атлетика, волейбол, футбол, баскетбол, настольный теннис, спортивное ориентирование, спортивный туризм. Образовательная программа СП по видам спорта разрабатывается на весь срок обучения. Срок обучения по образовательной программе спортивной подготовки составляет 5-8 лет в зависимости от вида спорта.

Учебный план составлен на основании следующих дополнительных образовательных программ:

- 1) **Дополнительные общеразвивающие программы, реализуемые в 2023-2024 уч.году.**

№ п/п	Наименование учебной программы,	Срок реализации, год	Кол-во часов в в	Кол-во учебных недель	Кол - во часов	ФИО тренера-преподавателя

1.	Дополнительная общеразвивающая программа по самбо (для уч-ся 7-17 лет)	1	6	52	312	Коженев Д.А. Хаустов В.В. Вардумян А.В.
2.	Дополнительная общеразвивающая программа по дзюдо (для уч-ся 7-17 лет)	1	6	52	312	Вардумян А.В.
3.	Дополнительная общеразвивающая программа по легкой атлетике (для уч-ся 7- 17лет)	1	6	52	312	Кошелева М.А. Максимов В.Н. Горбачев А.А.
4.	Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу (для уч-ся 7-17 лет)	1	6	52	312	Иванова М.А.
5.	Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу (для уч-ся 7- 17 лет)	1	6	52	312	Колодяжная Л.И. Колодяжный В.В. Пятаков В.Д.
6.	Дополнительная общеразвивающая программа по полиатлону (для уч-ся 7-17 лет)	1	6	52	312	Коваль С.В. Сапрыкин А.В. Максимов В.Н.
7.	Дополнительная общеразвивающая программа по полиатлону (для уч-ся 18 лет и старше)	1	6	52	312	Коваль С.В. Сапрыкин А.В.
8.	Дополнительная общеразвивающая программа по полиатлону (для уч-ся до 18 лет)	1	6	40	240	Бондаренко А.И.
9.	Дополнительная общеразвивающая программа по спортивному ориентированию (для уч-ся 7-17 лет)	1	6	52	312	Солодухин С.Н. Жукова И.Ю.
10.	Дополнительная общеразвивающая программа по футболу (для уч-ся 7-17 лет)	1	6	52	312	Анпилогов Ю.В. Рясин В.А.
11.	Дополнительная общеразвивающая программа по футболу (для уч-ся 7-17 лет)	1	6	40	240	Джураев В.Н. Бородавкин В.М.

12.	Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу (для 18 лет и старше)	1	6	52	312	Колодяжный В.В.
13.	Дополнительная общеразвивающая программа по пулевой стрельбе (для уч-ся до 18 лет)	1	6	40	240	Василенко А.Н.
14.	Дополнительная общеразвивающая программа по бадминтону (для уч-ся до 18 лет)	1	6	40	240	Апасов А.А.
15.	Дополнительная общеразвивающая программа по русской лапте (для уч-ся до 18 лет)	1	6	40	240	Хуснутдинов Д.Р.
16.	Дополнительная общеразвивающая программа по баскетболу (для уч-ся до 18 лет)	1	6	40	240	Титков В.Г.
17.	Дополнительная общеразвивающая программа по каратэ (для уч-ся до 18 лет)	1	6	40	240	Максименко Н.И.
18.	Дополнительная общеразвивающая программа по полиатлону (для уч-ся старше 18 лет)	1	6	52	312	Коваль С.В. Сапрыкин А.В.
19.	Дополнительная общеразвивающая программа по волейболу (для уч-ся старше 18 лет)	1	6	52	312	Колодяжный В.В. Пятаков В.Д.

2) Программы спортивной подготовки по видам спорта, реализуемые в 2023-2024 уч.году.

№ п/п	Наименование учебной программы	Срок реализации программы, лет	Кол-во часов в неделю по этапам обучения		Количество учебных недель в год	Количество часов в учебный год	ФИО тренера-преподавателя
			Этап обучения (если несколько групп на одном этапе, то указать количество)	Количество часов			
1	Дополнительная образовательная	8	НПЗг.о.	8	52	416	Москаленко Н.С.

	программа спортивной подготовки по виду спорта «волейбол»		УТ 2г.о.	12	52	624	
2	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «волейбол»	8	НП 2г.о.	6	52	312	Пятаков В.Д.
			УТ 3г.о.	12	52	624	
3	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «волейбол»	8	НП 1г.о.	6	52	312	Колодяжная Л.И..
			УТ 2г.о.	12	52	624	
			УТ 3г.о.	12	52	624	
4	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «самбо»	7	НП 1г.о.	6	52	312	Хаустов В.В.
			НП 2г.о.	8	52	416	
5	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «настольный теннис»	7	НП 1г.о.	6	52	312	Кицев А.П.
			НП 2 г.о.	8	52	416	
6	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол»	8	НП 1г.о.	6	52	312	Апилогов Ю.В.
			УТ 3г.о.	10	52	520	
7	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спортивное ориентирование»	8	НП 2г.о.	6	52	312	Солодухин С.Н. Жукова И.Ю.
			УТ 4г.о.	16	52	832	
8	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «конный спорт»	9	УТ 1г.о. ССМ	12	52	624	Жукова Е.Т.

9	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «спортивный туризм»	8	НП 1г.о.	8	52	416	Половьянов Д.Г.
			УТ 2г.о.	12	52	624	

10	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «легкая атлетика»	8	НП 2г.о.	6	52	312	Костин М.А.
			УТ 1г.о.	10	52	520	

Гандбол	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2
Легкая атлетика	3	-	1	2	-	2	1	2	1	1	-	13
Баскетбол	4	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5
Спортивный туризм	-	-	1	-	-	-	1	-	-	-	-	2
Пулевая стрельба	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
Русская лапта	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
Каратэ	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
Бадминтон	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1
ИТОГО:	17	6	5	7	1	4	4	4	2	1	1	82

Количество часов в неделю на обучение по дополнительным общеразвивающим и программам спортивной подготовки по видам спорта на 2023 -2024 учебный год (в соответствии с ФССП по видам спорта.)

Наименование отделения	Спортивно- оздоровительный	Этап обучения										
		Этап начальной подготовки				Учебно-тренировочный этап					С С М	Всего часов
		ОРП	СО	НП1	НП2	НП3	УТ1	УТ2	УТ3	УТ4		
Спортивное ориентирование	3/6	6	-	6	-	-	-	-	16	-	-	46
Конный спорт	6	-	-	-	-	12	-	-	-	-	16	34
Полиатлон	8/6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	48
Футбол	9/6	6	-	6	-	-	10	-	-	-	-	76
Настольный теннис	2/6	6	6	8	-	-	-	-	-	-	-	50
Волейбол	6/6	6	6	6	8	10	12	2/12	16	18	-	126
Самбо	4/6	6	6	8	-	-	-	-	-	-	-	44
Дзюдо	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
Гандбол	2/6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	12
Легкая атлетика	3/6	-	6	2/6	-	2/10	12	2/14	16	18	-	130
Баскетбол	4/6	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	30
Спортивный туризм	-	-	6	-	-	-	12	-	-	-	-	18
Пулевая стрельба	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
Русская лапта	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
Каратэ	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
Бадминтон	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6
ИТОГО :	282		30	40	8	42	46	52	48	36	16	644

Количество учащихся на обучение по дополнительным общеразвивающим и программам спортивной подготовки по видам спорта на 2023 -2024 учебный год (в соответствии с ФССП по видам

Наименование отделения	Спортивно- оздоровительный	Этап обучения										Всего учащихся	
		Этап начальной подготовки					Учебно-тренировочный этап						С С М
		ОРП	СО	НП1	НП2	НП3	УТ1	УТ2	УТ3	УТ4	УТ5		ССМ
Спортивное ориентирование	45	15	-	12	-	-	-	-	6	-	-	78	
Конный спорт	15	-	-	-	-	6	-	-	-	-	2	23	
Полиатлон	120	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	120	
Футбол	135	15	-	14	-	-	12	-	-	-	-	135	
Настольный теннис	30	15	10	10	-	-	-	-	-	-	-	65	
Волейбол	90	15	14	14	14	12	12	24	-	-	-	195	
Самбо	60	15	12	12	-	-	-	-	-	-	-	99	
Дзюдо	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	
Гандбол	30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	30	
Легкая атлетика	45	-	10	20	-	16	8	16	8	8	-	131	
Баскетбол	60	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	75	
Спортивный туризм	-	-	12	-	-	-	10	-	-	-	-	22	
Пулевая стрельба	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	
Русская лапта	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	
Каратэ	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	
Бадминтон	15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	
ИТОГО:	705	90	58	82	14	34	42	40	14	8	2	1089	

Наполняемость учебных групп, количество учащихся в группах по этапам и годам обучения определяется в соответствии с ФССП по видам спорта, возможностями материально-технической базы учреждения (бассейн и др.).

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не должна превышать :

- на спортивно-оздоровительном этапе – 2 часов (90 минут);
- на этапе начальной подготовки – 2 часов (120 минут);
- на учебно-тренировочном этапе – 3 часов (180 минут).

**Учебно-тематический план для спортивно-оздоровительных групп
по общеразвивающим программам обучения, рассчитанный
на 52 учебные недели.**

№ п/п	Разделы учебного плана	Часы в год
1	Теория	11
2	Общая физическая подготовка	122
3	Специальная физическая подготовка	92
4	Техническая подготовка	16
5	Тактическая подготовка	29
6	Соревнования	4
7	Контрольные нормативы	2
8	Самостоятельная работа по индивидуальным планам	36
ВСЕГО		312

**Учебно-тематический план для спортивно-оздоровительных групп
по общеразвивающим программам обучения,
рассчитанный на 52 учебных недели.**

№ п/п	Разделы подготовки	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	Всего
1	Теоретические занятия	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	-	-	9
2	ОФП	12	12	12	11	11	11	11	11	11	6	-	-	108
3	СФП	8	10	10	10	10	10	10	10	10	6	-	-	94
4	Техническая	-	-	-	-	1	3	3	3	4	-	-	-	14
5	Тактическая	3	3	3	3	3	3	3	3	3	-	-	-	27
6	Интегральная. Контрольные игры	-	-	-	2	3	2	3	4	3	3	-	-	20
7	Соревнования	-	-	-	1	-	-	-	-	1	-	-	-	2
8	Приемные переводные и контрольные испытания	1	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	2
9	Работа по индивидуальным планам											20	16	36
	Итого	25	26	26	28	29	30	31	32	34	15	20	16	312

**Учебно-тематический план для спортивно-оздоровительных групп
по общеразвивающим программам обучения,
рассчитанный на 40 учебных недель.**

№ п/п	Разделы учебного плана	Часы в год
1	Теория	12
2	Общая физическая подготовка	106
3	Специальная физическая подготовка	82
4	Техническая подготовка	16
5	Тактическая подготовка	18

6	Соревнования	4
7	Контрольные нормативы	2
8	Самостоятельная работа по индивидуальным планам	-
ВСЕГО		240

**Годовой учебно-тематический план-график для
дополнительных общеразвивающих программ,
рассчитанный на 40 учебных недель.**

№ п/п	Разделы подготовки	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	Всего
1	Теоретические занятия	2	1	1	2	1	1	2	1	1	12
2	ОФП	12	12	12	12	12	12	12	12	10	106
3	СФП	8	10	10	8	10	10	8	10	8	82
4	Техническая	-	-	-	2	1	3	3	3	4	16
5	Тактическая	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
6	Соревнования	-	-	1	1	1	-	1	-	1	4
7	Контрольные нормативы	1	-	-	-	-	-	-	-	1	2
	Итого	25	25	26	25	28	28	28	28	27	240

УЧЕБНЫЙ ПЛАН МКОУ ДО «ПАВЛОВСКАЯ СШ» на 2023-2024 уч.год

	Вид спорта	ОРП	ПРОГРАММА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ										Кол-во групп	Кол-во уч-ся	Кол-во час	
			СО	НП			УТ					ССМ				
				1 год	2 год	3год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год					
1	ИТОГО по К/С	1/15					1/6						1/2	3	23	34
2	ИТОГО по С/О	3/45	1/15		1/12					1/6				6	78	46
3	ИТОГО по П/А	9 / 35												9	135	54
4	ИТОГО по Ф/Б	7/105	1/15		1/14			1/12						10	146	64
5	ИТОГО по Н/Т	2/30	1/15	1/10	1/10									5	65	50
6	ИТОГО по В/Б	6/90	1/15	1/14	1/14	1/14	1/12	1/12	2/24					14	195	126
7	ИТОГО по С/Б	4/60	1/15	1/12	1/12									7	99	44
8	ИТОГО по Д/Д	1/15												1	15	6
9	ИТОГО по Г/Б	2/30												2	30	12
10	ИТОГО по Л/А	4/60		1/10	2/20		2/16	1/8	2/16	1/8	1/8			14	146	136
11	ИТОГО ПО ТУРИЗМУ			1/12				1/10						2	22	18
12	ИТОГО по Б/Б	4/60	1/15											5	75	30
13	ИТОГО по П/С	1/15												1	15	6

14	ИТОГО по Р/Л	1/15											1	15	6
15	ИТОГО по Б/Н	1/15											1	15	6
16	ИТОГО по КАРАТЕ	1/15											1	15	6
	ВСЕГО ПО ДЮСШ:	47/705	6/90	5/58	7/82	1/14	4/34	4/42	4/40	2/14	1/8	1/2	82	1089	644

Годовой учебно-тренировочный план для групп спортивной подготовки

№ п/п	Виды подготовки	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет	Недельная нагрузка в часах			
		4,5-6	6-8	10-12-14	14-16-18	20-24	24-32
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (чел)					
1.	Общая физическая подготовка	67-86	87-127	106-125-140	140-165-175	115-145	186-243
2.	Специальная физическая подготовка	35-52	52-65	78-117-151	151-160-176	225-265	290-312
3.	Участие в спортивных соревнованиях	0	3-4	57-62-62	62-58-96	111-140	152-223
4.	Техническая подготовка	83-100	100-123	134-145-160	160-181-206	191-234	185-284
5.	Тактическая подготовка	27-41	30-52	64-70-105	105-125-131	228-265	222-304
6.	Теоретическая подготовка	11-15	15-17	17-23-25	25-28-29	38-45	54-78

7.	Психологическая подготовка	4-8	9-12	17-23-25	25-35-36	38-44	44-67
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1-2	1-6	8-10-10	10-11-12	14-18	18-24
9.	Инструкторская практика	2-4	2-4	5-7-6	6-4-8	12-14	12-24
10.	Судейская практика	0	0-2	5-7-8	9	0	0
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	4	4	4-6-6	7-8	8-10	10-16
12.	Восстановительные мероприятия	0	0	25-29-30	49-50	50-57	64-74
Общее количество часов в год		234-312	312-416	520-624-728	728-832-936	1040-1248	1248-1664

Минимальный возраст учащихся для зачисления в группы по этапам и годам обучения по программам спортивной подготовки по видам спорта (в соответствии с ФССП)

Отделения	Этапы программы спортивной подготовки по видам спорта									
	начальной подготовки									
	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	ССМ 1год обучения	ССМ 2 год обучения
волейбол	8	9	10	11	12	13	14	15	-	-
легкая атлетика	9	10	11	12	13	14	15	16	-	-
настольный теннис	7	8	-	9	10	11	12	13	-	-
баскетбол	8	9	10	11	12	13	14	15	-	-
спортивное ориентирование	8	9	10	11	12	13	14	15	-	-
футбол	7	8	9	10	11	12	13	14	-	-
самбо	10	11	12	13	14	15	16	-	-	-
спортивный туризм	10	11	12	13	14	15	16	17	-	-
конный спорт	9	10	-	11	12	13	-	-	14	15

* При объединении в одну группу обучающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности рекомендуется не превышать разницу в уровне их спортивного мастерства свыше двух спортивных разрядов и разницу в возрасте свыше трех возрастов.
(На основании приказа Министерства спорта РФ №634 от 03.08.2022г.)

План-график распределения программного материала в годичном цикле для групп этапа начальной подготовки II- III года обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Часы в год	Периоды тренировок											
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка (час)	127	11	11	11	11	11	11	10	10	10	10	10	11
Специальная физическая подготовка (час)	65	5	5	5	6	5	5	6	6	6	5	5	6
Участие в спортивных соревнованиях (час)	4	-	-	-	1	-	1	-	1	1	-	-	-
Техническая подготовка	123	10	11	11	10	10	10	10	10	10	10	10	11
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (час)	81	7	7	7	7	6	7	7	7	7	7	6	6
Инструкторская и судейская практика (час)	6	-	-	1	-	1	-	1	-	-	1	2	-
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (час)	10	1	1	1			2		1	1		1	2
Всего часов в год и по месяцам (час)	416	34	35	36	35	33	36	34	35	35	33	34	36

План-график распределения программного материала в годичном цикле для групп учебно-тренировочного I-II года обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Часы в год	Периоды тренировок											
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка (час)	106	9	9	9	9	9	9	9	9	8	9	9	8
Специальная физическая подготовка (час)	78	7	6	6	7	6	6	7	7	7	6	6	7
Участие в спортивных соревнованиях (час)	57	5	5	5	5	5	5	6	5	6	5	5	-
Техническая -подготовка	134	11	12	12	11	11	11	10	11	11	11	11	12
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (час)	98	8	9	8	8	8	8	8	8	8	8	8	9
Инструкторская и судейская практика (час)	10	1	-	1	-	1	1	1	1	1	1	2	-
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (час)	37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
Всего часов в год и по месяцам (час)	520	44	44	44	43	43	43	44	44	44	43	44	40

План-график распределения программного материала в годичном цикле для групп учебно-тренировочного III-IV года обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Часы в год	Периоды тренировок											
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка (час)	140	12	12	12	12	12	12	12	12	11	11	11	11
Специальная физическая подготовка (час)	151	12	13	13	13	12	13	13	13	13	12	11	13
Участие в спортивных соревнованиях (час)	62	5	5	5	6	5	6	6	6	6	6	5	1
Техническая подготовка	160	13	13	13	13	13	14	14	14	13	13	13	14
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (час)	155	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	12
Инструкторская и судейская практика (час)	14	-	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (час)	46	5	4	4	2	5	3	4	3	3	4	4	5
Всего часов в год и по месяцам (час)	728	60	61	61	60	61	63	63	62	60	60	59	58

План-график распределения программного материала в годичном цикле для групп учебно-тренировочного IV года обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, ССМ – конный спорт.

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Часы в год	Периоды тренировок											
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка (час)	165	14	14	14	14	14	14	14	14	13	13	13	14
Специальная физическая подготовка (час)	160	13	13	13	13	13	13	13	13	14	14	14	14
Участие в спортивных соревнованиях (час)	58	4	5	5	5	5	5	6	6	6	5	5	1
Техническая подготовка	181	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	16
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (час)	188	16	16	16	16	16	16	16	16	15	15	15	15
Инструкторская и судейская практика (час)	13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (час)	67	6	5	5	5	6	5	5	5	6	6	6	7
Всего часов в год и по месяцам (час)	832	69	69	69	69	70	69	70	70	70	69	70	68

**План-график распределения программного материала в годичном цикле для групп учебно-тренировочного V года обучения по
дополнительной образовательной программе спортивной подготовки**

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Часы в год	Периоды тренировок											
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка (час)	175	15	15	15	15	15	15	15	14	14	14	14	14
Специальная физическая подготовка (час)	176	14	14	14	14	15	15	15	15	15	15	15	15
Участие в спортивных соревнованиях (час)	96	8	8	8	8	8	8	9	9	9	8	8	5
Техническая подготовка	206	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	19
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (час)	196	16	17	16	17	16	17	16	17	16	16	16	16
Инструкторская и судейская практика (час)	17	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (час)	70	6	5	6	5	6	5	6	6	6	6	6	7
Всего часов в год и по месяцам (час)	936	69	69	69	69	70	69	70	70	70	69	70	68

