

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования  
«Спортивная школа олимпийского резерва Пионерского городского округа»  
на 2023/2024 учебный год

Учреждение реализует дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по видам спорта.

Учебно-тренировочный процесс – круглогодичный (52 недели) и рассчитан исходя из астрономического часа (60 минут).

Основные формы учебно-тренировочного процесса: учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные и смешанные), в том числе с использованием дистанционных технологий; учебно-тренировочные мероприятия (сборы); самостоятельная подготовка по индивидуальным планам, в том числе с использованием дистанционных технологий; спортивные соревнования; контрольные мероприятия; инструкторская и судейская практики; медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия.

Каникулы - зимние 31.12.23-08.01.24, летние 01.07.24-11.08.24

Начало учебного года - 01 сентября 2023 г., окончание учебного года - 31 августа 2024 г.

### Нормативные сроки обучения

№ п/п	Наименование программы спортивной подготовки	Длительность этапов (в годах)		
		Этап начальной подготовки	Тренировочный этап	Этап совершенствования спортивного мастерства
1.	Парусный спорт	3	5	не ограничивается
2.	Художественная гимнастика	3	5	не ограничивается
3.	Самбо	2-3	4	-
4.	Волейбол	3	5	-
5.	Баскетбол	3	5	-
6.	Футбол	3	5	-
7.	Тяжелая атлетика	3	5	не ограничивается
8.	Муайтай	2-3	4	не ограничивается
9.	Кикбоксинг	3	5	не ограничивается

Режим учебно-тренировочной работы дополнительных образовательных программ спортивной подготовки в соответствии с федеральными стандартами по видам спорта

№ п/п	Этап подготовки	Год обучения	Минимальный возраст зачисления	Учебные часы		
				неделя	месяц	год
<b>Парусный спорт</b>						
1.	Начальной подготовки	1	9	6	24	312
2.		2		8	32	416
3.		3		8	32	416
4.	Тренировочный этап (этап	1	11	10	40	520
5.		2		12	48	624

6.	спортивной специализации)	3		14	56	728
7.		4		16	64	832
8.		5		18	72	936
9.	Совершенствования спортивного мастерства		14	20	80	1040
<b>Художественная гимнастика</b>						
10.	Начальной подготовки	1	6	6	24	312
11.		2		8	32	416
12.		3		8	32	416
13.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	8	12	48	624
14.		2		14	56	728
15.		3		14	56	728
16.		4		16	64	832
17.		5		18	72	936
18.	Совершенствования спортивного мастерства		12	22	88	1144
19.						
20.						
<b>Самбо</b>						
21.	Начальной подготовки	1	10	6	24	312
22.		2-3		8	32	416
23.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	12	12	48	624
24.		2		12	48	624
25.		3		12	48	624
26.		4		16	64	832
<b>Волейбол</b>						
27.	Начальной подготовки	1	8	6	24	312
28.		2		8	32	416
29.		3		8	32	416
30.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	11	10	40	520
31.		2		10	40	520
32.		3		12	48	624
33.		4		14	56	728
34.		5		16	64	832
<b>Баскетбол</b>						
35.	Начальной подготовки	1	8	6	24	312
36.		2		8	32	416
37.		3		8	32	416
38.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	11	10	40	520
39.		2		10	40	520
40.		3		12	48	624
41.		4		12	48	624
42.		5		14	56	728
<b>Футбол</b>						
43.	Начальной подготовки	1	7	6	24	312
44.		2		8	32	416
45.		3		8	32	416
46.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	10	10	40	520
47.		2		10	40	520
48.		3		12	48	624
49.		4		14	56	728
50.		5		16	64	832

<b>Тяжелая атлетика</b>						
51.	Начальной подготовки	1	9	6	24	312
52.		2		8	32	416
53.		3		8	32	416
54.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	12	12	48	624
55.		2		12	48	624
56.		3		12	48	624
57.		4		15	60	780
58.		5		18	72	936
59.	Совершенствования спортивного мастерства		14	20	80	1040
<b>Муайтай</b>						
60.	Начальной подготовки	1	10	6	24	312
61.		2-3		8	32	416
62.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	12	10	40	520
63.		2		12	48	624
64.		3		14	56	728
65.		4		16	64	832
66.	Совершенствования спортивного мастерства		14	20	80	1040
<b>Кикбоксинг</b>						
67.	Начальной подготовки	1	10	6	24	312
68.		2		8	32	416
69.		3		8	32	416
70.	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1	11	10	40	520
71.		2		10	40	520
72.		3		12	48	624
73.		4		14	56	728
74.		5		16	64	832