УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО СДЮШОР
«Центр игровых видов спорта»
_____ М. Г. Безверхов
«31» августа 2017 г.

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
№ 01 от 08.09.2017 года

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Новосибирска

«Специализированная детско-юношеская спортивная школа олимпийского резерва «ЦЕНТР ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА»

на 2017-18 учебный год

Реализация дополнительных общеобразовательных предпрофессиональных программ

г. Новосибирск

Волейбол

Учебный план
соревновательной и тренировочной деятельности (в академических часах),
распределение программного материала по видам подготовки на 46 недель

	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап (спортивной специализации)		
		1 г.о.	2 г.о.	3 г.о.	1 г.о.	2 г.о.	3 г.о.
1	Теоретическая подготовка (ТП)	28	38	38	48	48	56
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	55	75	75	83	78	83
3	Специальная физическая подготовка (СФП)	42	56	56	61	64	83
4	Техническая подготовка (ТХП)	38	46	46	63	65	75
5	Тактическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия (ТТПП)	30	42	42	57	58	72
6	Технико-тактическая (интегральная) подготовка (ИП)	30	42	42	57	56	64
7	Участие в соревнованиях (ССП)	22	30	30	41	41	60
8	Промежуточная и итоговая аттестация	4	4	4	4	4	4
9	Самостоятельная работа	27	35	35	46	46	55
10	Количество часов в неделю	**6**	**8**	**8**	**10**	**10**	**12**
11	Количество тренировочных занятий в неделю	3-4	4	4	**4-5**	**4-5**	**5-6**
12	Общее количество часов (46 недель)	**276**	**368**	**368**	**460**	**460**	**624**

Баскетбол

Учебный план
соревновательной и тренировочной деятельности (в академических часах),
распределение программного материала по видам подготовки на 46 недель

Виды подготовки	Этап начальной подготовки		Этап тренировочный				
			начальной специализации		углубленной специализации		
	1 г.о.	**2-3 г.о.**	**1 г.о.**	**2 г.о.**	**3 г.о.**	**4г.о.**	**5 г.о.**
Общая физическая подготовка	26	35	54	64	71	82	91
Специальная физическая подготовка	37	62	82	94	96	115	134
Техническая подготовка	60	81	104	124	159	182	205
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	56	65	74	84	93	102	111
Технико-тактическая (интегральная) подготовка	41	44	40	49	64	73	83
Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	24	40	54	75	90	102	115
Промежуточная и итоговая аттестация	4	4	6	6	6	6	6
Самостоятельная работа по индивидуальным планам	28	37	46	56	65	74	83
Количество часов в неделю	**6**	**8**	**10**	**12**	**14**	**16**	**18**
Количество тренировочных занятий в неделю	3-4	4	4-6	4-6	6-7	6-7	6-7
Общее количество часов (46 недель)	**276**	**368**	**460**	**552**	**644**	**736**	**828**

академических часах),
дготовки на 46 недель

этовки	Тренировочный этап (спортивной специализации)	
3 г.о.	1 г.о.	2 г.о.
120	110	110
60	92	115
140	150	182
33	48	65
11	56	76
4	4	4
4	4	6
8	10	12
368	460	552

Настольный теннис

Учебный план
соревновательной и тренировочной деятельности (в академических часах),
распределение программного материала по видам подготовки на 46 недель

№	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки	Тренировочный этап (спортивной специализации)	Этап совер-шенствования спортивного мастерства
		1 г.о.	1 г.о.	1 г.о.
1	Общая физическая подготовка	95	105	132
2	Специальная физическая подготовка	60	105	164
3	Техническая подготовка	112	130	240
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	30	80	132
5	Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	11	36	154
6	Промежуточная и итоговая аттестация	4	4	4
7	Количество тренировочных занятий в неделю	3	4	6
8	**Количество часов в неделю**	**6**	**10**	**18**
9	**Общее количество часов (46 недель)**	**276**	**460**	**828**

Теннис

Учебный план
соревновательной и тренировочной деятельности (в академических часах),
распределение программного материала по видам подготовки на 46 недель

Виды подготовки	Начальная подготовка			Тренировочный этап (начальная специализация)	
	1 г.о.	**2 г.о.**	**3 г.о.**	**1 г.о.**	**2 г.о.**
Теоретическая, тактическая, психологическая подготовка	40	54	54	81	81
Общая и специальная физическая подготовка	83	110	110	163	163
Избранный вид спорта (Техническая подготовка)	142	183	166	248	248
Творческое мышление (соревнования, инструкторская и судейская практика)	8	17	34	51	51
Промежуточная и итоговая аттестация	3	4	4	4	4
Самостоятельная работа	-	-	-	5	5
Количество часов в неделю	**6**	**8**	**8**	**12**	**12**
Количество тренировочных занятий в неделю	3	4	4	6	6
Общее количество часов (46 недель)	**276**	**368**	**368**	**552**	**552**