

СОГЛАСОВАНО

Начальник УФС ИК

г. Набережные Челны

Р.М. Насрединов

« » 2019 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

МАУ «СШОР №11»

С.А. Комарова

« » 2019 г.



**Годовой календарный тренировочный график
муниципального автономного учреждения города Набережные Челны
«Спортивная школа олимпийского резерва №11»
на 2019-2020 тренировочный год**

1. Продолжительность тренировочного года в МАУ «СШОР №11»:

Начало тренировочного года – 01.09.2019 г.

Конец тренировочного года – 31.08.2020 г.

Продолжительность тренировочного года:

- ✓ 52 недели для занимающихся по программе спортивной подготовки по виду спорта «волейбол».
- ✓

Этапы подготовки	1 полугодие		Зимние праздники		2 полугодие		Летний период (UTC)		Всего в год
	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	
Этап начальной подготовки 1 года	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед
Этап начальной подготовки свыше 2-х лет	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед
Тренировочный этап (СС) 1 года подготовки	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед
Тренировочный этап (СС) 2 года подготовки	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед
Тренировочный этап (СС) 3 года подготовки	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед
Тренировочный этап (СС) 4 года подготовки	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед
Тренировочный этап (СС) 5 года подготовки	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед
Этап совершенствования спортивного мастерства свыше 2-х лет	01.09.-31.12.	17 нед	01.01.-08.01.	1 нед	09.01.-16.07.	27 нед	17.07.-31.08	7 нед	52 нед

2. Количество тренировочных групп по годам:

№ п/п	Отделение	Количество групп							ИТОГО групп	
		Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (СС)						Этап совершенствования спортивного мастерства свыше года
				Начальной специализации		Углубленной специализации				
		До одного года	Свыше одного года	1 год подготовки	2 год подготовки	3 год подготовки	4 год подготовки	5 год подготовки		
1	Волейбол	10	15	2	3	0	1	1	1	

3. Нормативы максимального объема тренировочной нагрузки:

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки				
	НП		Т(СС)		ССМ
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет	
Количество часов в неделю	6	9	12	16 - 18	24-28
Количество тренировок в неделю	3	5	4 - 6	6 - 7	6 - 10
Общее количество часов в год	312	468	624	832 - 936	1248-1456
Общее количество тренировок в год	138-156	230-260	184-312	312 - 364	312 - 520

4. Режим работы школы:

Тренеры работают по расписанию, утвержденному директором Школы и председателем профкома. Перерывы между тренировочными занятиями составляют 10 мин. (СанПиН 2.4.4.3172-14 –Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей).

5. Проведение контрольных, промежуточных и переводных нормативов:

В октябре месяце группы Т(СС) 1, 2, 3, 4, 5 г.о., ССМ-2 проводят контрольные нормативы по ОФП и СФП.

В декабре-январе месяце все группы сдают промежуточные контрольные нормативы по ОФП и СФП.

В апреле-мае месяце группы НП-1 и 2 г.о. сдают переводные нормативы по ОФП и СФП, группы Т(СС) 1, 2, 3, 4, 5 г.о., ССМ-2 сдают переводные и выпускные нормативы по ОФП, СФП, технико-тактической и теоретической подготовке, согласно положения о проведении контрольно-переводных нормативах.

6. Регламент административных совещаний:

Тренерский совет - 1 раз в месяц

Методический совет – 1 раз в месяц

В пачке прошито, пронумеровано и скреплено печатью

3 (три) листа листов

Директор МАУ «СШОР №11»

С.А. Комарова

С.А. Комарова

