

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МОБУООШ №32 им. Г. К. Жукова  
 Л. Н. Орлова  
 «30» августа 2023 г.



**Календарный план-график учебного процесса  
 дополнительного образования 5-6 класс**

№ н/п	Разделы подготовки	Количество учебных часов по месяцам												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	всего часов
1.	Теория	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1		1	16
<b>Практика</b>														
2.	Общая физическая подготовка	4	3	4	3	2	3	4	4	2	3		1	33
3.	Специальная физическая подготовка	6	5	6	4	3	4	5	5	3	6		2	49
4.	Техническая подготовка	6	6	6	5	3	3	4	4	4	6		1	48
5.	Тактическая подготовка	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2		1	26
6.	Психологическая подготовка	1	1		2		2	3	1	2			1	13
7.	Восстановительные мероприятия		1	1	1	1	1		1	1	1			8
8.	Участие в соревнованиях	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
9.	Контрольные испытания					2					2			4
	<b>Всего часов</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>22</b>		<b>7</b>	<b>207</b>

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МОБУООШ №32 им. Г. К. Жукова  
 Л. Н. Орлова



**Календарный план-график учебного процесса  
 дополнительного образования 7-9 классов**

№ н/п	Разделы подготовки	Количество учебных часов по месяцам												
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	всего часов
1.	Теория	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
<b>Практика</b>														
2.	Общая физическая подготовка	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3		1	29
3.	Специальная физическая подготовка	8	7	8	7	4	5	8	6	4	8		3	68
4.	Техническая подготовка	6	5	5	5	3	5	6	5	4	5		2	51
5.	Тактическая подготовка	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2			22
6.	Психологическая подготовка	1	1	1	1		1	1	1	1	1			9
7.	Восстановительные мероприятия		1		1	1		1		1			1	6
8.	Участие в соревнованиях	1	1	2		1	2		1					8
9.	Контрольные испытания					2					2			4
	<b>Всего часов</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>22</b>		<b>7</b>	<b>207</b>