

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 5
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ АНАПА**

ПРИКАЗ

От 13 сентября 2024 года

№ 50-1

г.-к. Анапа

Об утверждении образовательных программ спортивной подготовке и годовых учебных план-графиков

В соответствии с приказом управления образования администрации муниципального образования город-курорт Анапа от 29 июля 2024 года № 914-а «Об организации деятельности учреждений дополнительного образования муниципального образования город-курорт Анапа в 2024-2025 учебном году», правилам приема на обучение по дополнительным общеобразовательным программам и образовательным программам спортивной подготовки в МБУ ДО СШ № 5 **п р и к а з ы в а ю:**

Утвердить образовательные программы спортивной подготовки (приложение № 1) и учебные планы-графики (приложение № 2) по видам спорта на 2024-25 учебный год.

Ответственному за ведение сайта (Васильев) разместить утвержденные программы спортивной подготовки и учебные планы-графики на официальном сайте учреждения.

Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Директор



А.В. Ким

**Список образовательных программ спортивной подготовке реализуемых
в 2024-2025 учебном году**

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Айкидо»
2. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Всестилевое каратэ»
3. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Дзюдо»
4. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Киокусинкай»
5. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Спортивная борьба»
6. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Самбо»
7. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Сумо»
8. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Тхэквондо»
9. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Ушу»
10. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Чир спорт»

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 50-1
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Айкидо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	6	8	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	104
Специальная физическая подготовка	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	23
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-	
Техническая подготовка	5	7	7	7	7	7	7	8	8	8	7	7	35	
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	20	
Инструкторская практика, судейская практика													-	
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1						1					2	
	13	20	20	19	19	20	20	22	21	21	20	19	234	

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 50-1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Айкидо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	5	6	8	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	100
Специальная физическая подготовка	2	4	5	4	4	5	5	5	4	4	4	4	50	
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-	
Техническая подготовка	5	11	11	10	10	10	11	11	11	10	10	10	120	
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	23	
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	16	
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1				1			1				3	
	14	25	28	26	26	29	29	29	28	26	26	26	312	

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 50-П

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СШ №5
В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Айкидо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	3	7	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	130
Специальная физическая подготовка	3	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	67
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	8	12	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	170
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	41
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1	1			1	1	1		1	1	1	8
	16	26	37	36	36	38	38	38	37	38	38	38	416

Приложение к приказу от 13.04.24 года № 501

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Айкидо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	9	12	14	13	14	15	15	15	14	14	14	14	163
Специальная физическая подготовка	7	8	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	125
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												12
Техническая подготовка	10	19	20	19	19	20	20	20	20	20	20	20	226
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	3	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	68
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	18
	32	48	55	52	53	56	56	56	55	54	54	53	624

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 501

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Айкидо»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	10	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	197
Специальная физическая подготовка	6	13	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	159
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												27
Техническая подготовка	19	21	21	21	22	22	22	22	22	22	22	22	258
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	6	10	11	11	11	11	11	11	11	11	11	10	125
Инструкторская практика, судейская практика	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
	45	67	72	71	72	73	73	72	72	72	72	71	832

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 501



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ЦО СШ №5
 А.В. Ким

ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Айкидо»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	14	17	17	17	17	17	17	17	17	17	15	190
Специальная физическая подготовка	10	16	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	206
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												52
Техническая подготовка	19	26	27	26	27	27	27	27	27	27	26	26	312
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	10	13	14	13	13	14	14	13	13	13	13	13	156
Инструкторская практика, судейская практика	3	4	5	4	4	4	5	5	5	5	4	4	52
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4	5	6	6	6	7	6	6	7	7	6	6	72
	57	82	92	88	89	91	92	91	92	92	88	86	1040

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 507

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Всестилевое каратэ»
на 2024-2025 учебный год для группы НП первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	10	11	12	12	11	11	12	12	11	12	8	8	130
Специальная физическая подготовка	1	2	3	3	1	2	3	3	3	2	2	1	26
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	4	5	5	5	4	4	5	5	4	5	5	5	56
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	1	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	20
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1				1						2
	16	19	23	22	17	18	24	22	19	21	17	16	234

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 501
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Всестилевое каратэ»
на 2024-2025 учебный год для группы НІ второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	11	12	13	13	12	12	14	14	13	14	9	9	146
Специальная физическая подготовка	5	6	6	6	5	5	6	6	6	6	6	3	66
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	5	6	7	7	5	5	7	7	7	7	6	6	75
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	2	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	22
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1	1			1						3
	22	26	29	29	23	23	30	30	28	29	23	20	312

Приложение 2 к приказу от 13.09.2024 года № 50-1
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОВОДОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Всестилевое каратэ»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	16	17	17	17	16	16	18	16	17	17	15	14	196
Специальная физическая подготовка	9	10	10	10	9	9	10	10	10	9	9	9	114
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												26
Техническая подготовка	9	10	10	10	9	9	10	10	10	10	10	9	116
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4	52
Инструкторская практика, судейская практика			2			2			2				6
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		2		2		2		2		2			10
	38	47	47	46	40	44	46	46	45	44	40	37	520

Приложение к приказу от 13.04.24 года № 50-1



Директор МБУ ЦО СШ №5

А.В. Ким

ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Всестилевое каратэ»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	17	18	18	18	17	17	18	18	18	17	16	16	208
Специальная физическая подготовка	17	18	18	18	17	17	18	18	18	16	15	15	205
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												50
Техническая подготовка	17	18	18	18	17	17	18	18	18	17	16	16	208
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	120
Инструкторская практика, судейская практика	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			2	2	1	1	2	2	2	2	2		16
	68	71	74	73	68	68	74	74	73	69	66	54	832

Приложение к приказу от 13.09.24 года № 507

УТВЕРЖАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Всестилевое каратэ»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	15	17	17	16	16	17	18	18	17	17	16	16	200
Специальная физическая подготовка	18	20	20	20	19	19	20	20	18	20	19	19	232
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												86
Техническая подготовка	23	24	24	24	23	24	24	25	23	24	24	24	286
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	13	13	14	14	13	13	14	14	14	14	14	14	164
Инструкторская практика, судейская практика	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	33
	80	87	89	87	84	87	90	91	85	88	86	86	1040

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 501
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Всестилевое каратэ»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	18	19	19	19	18	18	19	18	18	19	18	18	221
Специальная физическая подготовка	21	21	22	22	21	21	22	22	21	21	21	21	256
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												130
Техническая подготовка	28	29	29	29	28	28	29	29	28	29	28	28	342
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	14	15	15	15	14	14	15	15	15	15	14	14	175
Инструкторская практика, судейская практика	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6	6	7	7	6	6	7	6	6	7	6	6	76
	101	105	107	107	101	102	107	105	103	106	102	102	1248



Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 007

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДОСШ №5
А.В. Ким

ГОВОДОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Дзюдо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	10	12	13	14	12	12	13	14	14	13	13	12	152
Специальная физическая подготовка		1								1			2
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	70
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка							2	2		2	2		8
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1							1			2
	15	19	20	20	18	18	21	22	21	22	21	17	234

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 501
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Дзюдо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	12	14	14	14	13	14	14	14	13	14	14	14	164
Специальная физическая подготовка	1	1	2	2			2	1		1	1		11
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	9	10	11	11	9	10	11	11	9	10	10	10	121
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1			1				1			3
	23	26	29	28	23	26	28	27	24	27	26	25	312

Приложение 2 к приказу от В.О.И. года № 501

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Дзюдо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	11	11	12	11	11	11	12	11	11	11	11	11	134
Специальная физическая подготовка	6	8	8	8	7	7	8	8	8	8	8	8	92
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												36
Техническая подготовка	15	16	16	16	16	16	18	17	17	17	17	17	198
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	45
Инструкторская практика, судейская практика		1		1			1	1		1			5
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10
	38	43	44	44	41	41	47	45	44	45	44	44	520

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 507



Директор МБУ ДО СИ №5
А.В. Ким

ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Дзюдо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	12	13	13	13	12	12	13	13	13	13	13	12	152
Специальная физическая подготовка	13	14	14	14	13	14	14	14	14	14	14	14	166
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												68
Техническая подготовка	27	30	29	29	28	28	29	30	28	28	29	27	342
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	5	6	6	6	5	6	6	6	6	6	5	5	68
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	18
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	18
	64	71	72	72	65	68	72	73	71	71	68	65	832



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Дзюдо»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	13	14	14	14	13	13	14	14	13	14	12	12	160
Специальная физическая подготовка	17	19	19	17	17	19	19	19	19	19	17	17	218
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	36	38	38	38	37	37	38	38	37	37	36	36	446
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	72
Инструкторская практика, судейская практика		2	2	2		2	2	2	2	2	2	2	20
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		4	4	4		4	4	4	4	4	4	4	40
	79	90	90	90	80	86	90	90	88	89	84	84	1040

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 301

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Дзюдо»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	14	15	15	14	14	15	16	15	15	15	14	14	176
Специальная физическая подготовка	21	21	21	22	20	20	22	22	21	22	21	21	254
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												126
Техническая подготовка	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	540
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	5	5	6	6	5	5	5	6	5	5	5	4	62
Инструкторская практика, судейская практика		3	3	2	1	2	4	4	2	2	2	1	26
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4	5	6	6	4	4	7	7	6	6	4	5	64
	99	105	107	105	99	101	111	113	104	95	105	104	1248



Приложение 2 к приказу от 13.08.24 года № 001

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким

ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Киокусинкай» (ката)
на 2024-2025 учебный год для группы НШ первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	72
Специальная физическая подготовка	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	58
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	8	9	9	9	8	8	9	8	8	8	8	8	100
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка						1				1			2
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль						1				1			2
	18	20	20	20	18	21	20	19	19	21	19	19	234



Приложение 2 к приказу от 13.04.24 года № 221

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким

ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Киокусинкай» (ката)
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	7	7	8	8	7	7	7	7	7	7	7	7	86
Специальная физическая подготовка	6	7	7	7	6	6	7	7	6	6	7	6	78
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												3
Техническая подготовка	11	11	11	12	11	11	12	11	12	11	12	11	136
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка			1				1			1			3
Инструкторская практика, судейская практика				1				1			1		3
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль					1				1			1	3
	24	25	27	29	25	25	28	26	26	25	27	25	312

Приложение 2 к приказу от 30.09.24 года № 507
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 _____ В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Киокусинкай» (ката)
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	58
Специальная физическая подготовка	9	10	10	10	9	10	10	10	10	10	10	10	10	118
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												24	
Техническая подготовка	14	15	15	15	14	15	15	15	15	15	15	15	15	178
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	26
Инструкторская практика, судейская практика				2			2							4
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль					2		2		2		2			8
	31	34	35	36	33	34	39	34	36	34	36	34	34	416

Приложение 7 к приказу от 13.09.24 года № 327

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Киокусинкай» (ката)
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	5	6	6	6	5	6	6	6	6	6	5	5	68
Специальная физическая подготовка	15	16	16	16	15	15	16	15	15	16	16	15	186
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												46
Техническая подготовка	22	22	23	23	22	22	23	22	22	23	22	22	268
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	38
Инструкторская практика, судейская практика					1		1		2	2			6
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			2		2	2	2	2				2	12
	48	51	54	51	52	52	55	53	53	54	50	51	624

Приложение 2 к приказу от 13.04.24 года № 50

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «Ш №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Киокусинкай» (ката)
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	9	9	9	8	8	9	9	9	8	8	8	102
Специальная физическая подготовка	17	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	17	214
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												64
Техническая подготовка	28	29	29	29	28	28	29	29	29	29	29	28	344
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	44
Инструкторская практика, судейская практика			2	2	2		2	2	2	2	2		16
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
	65	68	71	72	69	67	72	71	72	71	69	65	832

Приложение к приказу от 13.04.24 года № 50 /

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Киокусинкай» (ката)
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	13	14	14	14	13	14	14	14	14	14	14	14	14	166
Специальная физическая подготовка	18	18	19	18	18	18	19	19	18	19	18	18	18	220
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												88	
Техническая подготовка	36	37	37	37	36	36	37	36	36	37	37	36	438	
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	42	
Инструкторская практика, судейская практика		4	4	4			4	4		4			24	
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	5	5	5	6	5	5	6	5	5	5	5	5	62	
	82	90	91	90	82	83	91	90	83	91	84	83	1040	

Приложение к приказу от 13.09.24 года № 507
УТВЕРЖАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Самбо»
на 2024-2025 учебный год для группы НШ первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	6	7	7	7	6	6	7	7	6	7	7	7	80
Специальная физическая подготовка	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	38
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	6	7	7	7	6	6	7	7	6	7	7	7	80
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка		3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		30
Инструкторская практика, судейская практика				1		1		1					3
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1			1		1						
	15	21	21	22	19	19	21	21	18	20	20	17	234

Приложение к приказу от 13.09.24 года № 527-1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Самбо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	108
Специальная физическая подготовка	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	50	50	
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану													
Техническая подготовка	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	108
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			32
Инструкторская практика, судейская практика					1		1		1	1				4
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1			1		1	1					4
	24	26	26	26	26	26	28	26	28	27	26	23		312

Приложение 7 к приказу от 13.09.24 года № 001
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А. В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Самбо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	7	8	9	9	7	8	7	8	9	8	8	8	96
Специальная физическая подготовка	7	8	9	9	7	8	7	8	9	8	8	8	96
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												20
Техническая подготовка	11	11	12	12	11	11	12	11	11	12	11	11	136
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	4	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	56
Инструкторская практика, судейская практика			1	1			1			1			4
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1	1			1	1		1	1	2		8
	29	35	39	38	29	35	35	34	36	37	36	33	416

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 527



Директор МБУ ДО СШ №5
А.В. Ким

ГОДОВОЙ

учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Самбо» на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения (52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	11	12	12	12	11	11	12	12	11	12	11	11	138
Специальная физическая подготовка	11	12	12	12	11	11	12	12	11	12	11	11	138
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												28
Техническая подготовка	14	15	15	15	14	14	15	15	15	15	15	14	176
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11		110
Инструкторская практика, судейская практика		2				2			5				6
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	28
	49	56	55	56	41	55	55	55	56	55	53	38	624

Приложение к приказу от 13.09.24 года № 507
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Самбо»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	10	10	10	10			10	10	10	10	10	10	10	10
Специальная физическая подготовка	10	20	20	20	10	10	20	20	20	20	20	20	10	200
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												57	
Техническая подготовка	20	21	21	21	20	21	21	21	21	21	21	21	21	250
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	22	23	23	23	22	22	23	23	22	23	22	22	22	270
Инструкторская практика, судейская практика		2	2	2			1			2				9
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4	4	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	50
	70	85	85	86	60	63	83	84	82	85	82	71	936	

Приложение 2 к приказу от В.09.24 года № 504

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СП №5

А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Спортивная борьба»
на 2024-2025 учебный год для группы НП первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	12	15	15	14	13	14	15	14	14	14	14	14	168
Специальная физическая подготовка								1		1			2
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3			27
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	4	4	4	2	2	4	4	3	3	3		35
Инструкторская практика, судейская практика													
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1			1									2
	17	22	22	22	17	18	22	22	20	21	17	14	234

Приложение 2 к приказу от В.09.24 года № 571

УТВЕРЖАЮ

Директор МБУ ДЮСШ №5

А.В. Ким



ГОВОДОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Спортивная борьба»
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	13	15	16	14	14	16	16	16	16	16	16	16	16	184
Специальная физическая подготовка	2	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	53	
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-	
Техническая подготовка	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	1	17	
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	43	
Инструкторская практика, судейская практика													-	
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	15	
	19	26	29	23	23	27	28	29	28	27	27	26	312	

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 507

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Спортивная борьба»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	19	20	20	19	19	20	20	20	19	20	20	20	236
Специальная физическая подготовка	7	9	10	9	9	10	10	10	10	10	9	9	112
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												16
Техническая подготовка	7	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	95
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	7	8	9	8	8	10	10	10	9	10	10	9	108
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2	3	4	3	3	4	5	4	4	5	4	4	42
	44	51	54	49	49	54	56	55	52	55	53	52	624

Приложение 2 к приказу от 13.04.24 года № 30-1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Спортивная борьба»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	22	22	23	22	22	24	24	24	23	24	23	23	276
Специальная физическая подготовка	15	17	18	17	17	18	18	18	18	18	17	17	208
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												64
Техническая подготовка	10	11	11	10	11	11	11	11	10	11	11	10	128
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	22	22	23	22	22	23	23	22	22	23	22	22	268
Инструкторская практика, судейская практика	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	32
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	5	6	6	5	5	5	6	6	5	5	5	5	64
	80	86	90	83	89	90	91	90	85	90	86	85	1040

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 301

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Спортивная борьба»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	18	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	238
Специальная физическая подготовка	23	23	25	25	25	25	25	25	25	25	25	25	296
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												76
Техническая подготовка	12	13	14	13	13	13	13	14	13	13	13	13	157
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	30	31	32	31	31	31	31	31	31	31	31	31	372
Инструкторская практика, судейская практика	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	31
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6	6	7	6	6	7	7	7	6	7	7	6	78
	94	103	108	103	103	106	106	107	105	106	104	103	1248

Приложение 2 к приказу от В.О.И.И. года № 001

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Сумо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	10	10	10	11	12	12	12	11	11	11	10	128
Специальная физическая подготовка	3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	50
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	40
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка		1	1			1	1	1	1	1	1		8
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1	1			1	1	1	1	1	1		8
	13	19	19	17	19	22	22	23	22	21	20	17	234

Приложение №2 к приказу от 13.09.24 года № 501
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДОСЦЕ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Сумо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	11	12	12	12	13	13	13	12	12	11	11	140
Специальная физическая подготовка	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	56
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												12
Техническая подготовка	4	5	6	6	6	7	7	7	6	6	5	5	70
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	1	1			1	1	1	1	1	1	1	10
	19	24	27	26	26	29	29	29	27	27	25	24	312

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 50-1

УТВЕРЖАЮ
Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Сумо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	10	12	14	14	14	14	16	16	16	16	14	14	170
Специальная физическая подготовка	5	6	7	7	7	8	8	8	8	8	8	7	87
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												12
Техническая подготовка	6	8	8	6	8	10	10	10	10	10	9	8	103
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	20
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
	25	31	34	32	33	36	39	39	39	39	36	33	416

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 50-1
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Сумо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	9	12	14	14	14	14	15	16	16	16	16	14	170
Специальная физическая подготовка	9	12	14	14	14	14	15	16	16	16	16	14	170
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												20
Техническая подготовка	15	17	18	18	18	18	19	19	18	19	18	18	215
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	21
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	16
	37	48	52	51	52	52	56	58	57	56	55	50	624

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 30-1
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор АФУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Сумо»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	16	22	23	22	22	22	22	23	22	22	22	22	260
Специальная физическая подготовка	13	16	18	19	19	19	19	19	19	19	19	19	218
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												38
Техническая подготовка	10	19	20	20	20	20	20	20	20	19	19	19	226
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	30
Инструкторская практика, судейская практика	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	22
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	38
	43	66	71	72	74	74	74	75	73	71	70	69	832

Приложение к приказу от 13.09.24 года № 30-1
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А. В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Сумо»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	21	28	29	28	26	28	28	28	27	27	26	26	322
Специальная физическая подготовка	17	18	18	18	18	18	19	19	19	18	18	18	218
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												60
Техническая подготовка	21	28	29	28	26	28	28	28	27	27	26	26	322
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	34
Инструкторская практика, судейская практика	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
	73	89	91	89	85	89	90	90	88	87	85	84	1040

Приложение к приказу от 30.09.24 года № 507
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по
виду спорта «Тхэквондо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	9	9	9	8	9	9	9	8	9	9	9	105
Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	37
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	6	8	7	8	7	7	7	7	7	7	7	7	85
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка				1			1	1		1		1	5
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1				1						2
	17	20	20	21	18	19	21	20	18	20	19	21	234

Приложение к приказу от 30.04 года № 601
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДОСЦ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Тхэквондо»
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	5	5	10	10	10	10	10	10	10	10	5	5	100
Специальная физическая подготовка	5	6	6	6	5	5	6	6	5	6	6	6	68
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												3
Техническая подготовка	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	132
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка			2	2		2							6
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль				1		1		1					3
	21	23	29	30	27	27	29	29	26	27	22	22	312

Приложение к приказу от 30.08.24 года № 50 ф

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Тхэквондо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 10 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	11	11	12	11	11	12	11	11	11	11	11	11	134
Специальная физическая подготовка	9	10	10	10	9	9	10	10	10	10	9	9	114
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												20
Техническая подготовка	19	20	20	20	19	19	20	19	19	19	19	19	232
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка		1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10
Инструкторская практика, судейская практика			1	1				1	2				5
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1	1		1	1	1					5
	39	42	49	48	40	41	48	46	43	45	40	39	520

Приложение 2 к приказу от 30.04.24 года № 601
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Тхэквондо»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 14 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	10	10	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	130
Специальная физическая подготовка	13	14	14	14	13	13	14	14	13	14	13	13	162
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												37
Техническая подготовка	26	28	28	29	27	27	29	27	26	26	26	26	325
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	44
Инструкторская практика, судейская практика		1	2	2		1	2	2	2	2	1		15
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль		1	2	2		1	2	2	2	2	1		15
	55	61	64	65	57	59	65	63	60	63	59	57	728

Приложение 2 к приказу от 30.09.24 года № 607

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по
виду спорта «Тхэквондо»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 18 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	14	15	15	15	14	14	15	15	15	15	14	14	175
Специальная физическая подготовка	17	17	18	18	17	17	18	17	17	18	17	17	208
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												104
Техническая подготовка	32	33	33	33	32	32	33	33	33	33	33	33	393
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	6	7	7	7	6	6	7	6	6	6	6	6	76
Инструкторская практика, судейская практика	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	42
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	
	82	87	90	90	83	83	90	88	86	89	87	85	1040

Приложение 2 к приказу от 30.09.24 года № 687

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
виду спорта «Тхэквондо»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 24 часа в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	9	10	10	10	9	9	10	9	9	10	9	9	113
Специальная физическая подготовка	18	19	19	19	18	19	19	19	18	19	19	19	225
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												150
Техническая подготовка	31	32	31	32	31	31	32	31	31	31	31	31	375
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	12	13	13	13	12	12	13	13	12	13	12	12	150
Инструкторская практика, судейская практика	6	8	7	7	7	7	7	8	7	7	7	7	85
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	12	13	13	13	12	12	13	13	12	13	12	12	150
	100	108	106	107	101	102	107	105	101	106	103	102	1248

Приложение 2 к приказу от В.О.С.М. года № 021
УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ЦО СШ №5
 А. В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Ушу»
на 2024-2025 учебный год для группы НШ первого года обучения
(52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	5	7	8	7	7	8	8	8	8	8	7	7	88
Специальная физическая подготовка	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												2
Техническая подготовка	6	8	9	8	8	9	9	9	9	9	8	8	100
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка		1			1		1	1	1	1			6
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1				1						2
	13	20	22	18	19	20	22	22	21	21	18	18	234

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 68-1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СМ №5
А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Ушу»
на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения
(52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	6	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	105
Специальная физическая подготовка	3	4	5	4	4	5	5	4	4	4	4	4	50
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												3
Техническая подготовка	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	142
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка		1	1		1	1	1		1	1	1	1	9
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1		1					1					3
	20	27	29	25	26	27	27	26	26	27	26	26	312

Приложение 2 к приказу от 13.09.2024 года № 527

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ

учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Ушу» на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения (52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	9	9	9	9	10	11	10	9	10	10	10	114
Специальная физическая подготовка	5	6	7	6	5	6	7	6	5	6	7	6	72
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												14
Техническая подготовка	13	14	17	16	16	16	16	17	16	17	16	16	190
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Инструкторская практика, судейская практика		1	1					1		1			4
Медицинские, медико-биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	1	1		1		1		1		1	1	8
	29	33	37	34	33	34	37	36	34	36	36	35	416

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 50-1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СИП №5

А.В. Ким



ГОВОДОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Ушу»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	12	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	155
Специальная физическая подготовка	7	9	10	9	9	9	10	10	9	10	9	9	9	110
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												43	
Техническая подготовка	21	23	24	23	23	24	24	24	24	24	23	23	23	280
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	18
Инструкторская практика, судейская практика		1	1			1	1			1	1			6
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
	45	52	54	50	50	54	55	54	53	54	52	51	51	624

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 30-1

УТВЕРЖАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В.Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Ушу»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	12	16	17	14	14	16	18	17	16	18	16	16	190
Специальная физическая подготовка	9	13	13	12	12	13	13	13	13	13	13	13	150
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												50
Техническая подготовка	27	31	31	30	30	32	32	32	31	31	31	31	369
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	25
Инструкторская практика, судейская практика	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	16
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	32
	54	69	73	66	66	71	74	72	72	72	72	71	832

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 507
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Ушу»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	13	13	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	166
Специальная физическая подготовка	16	18	19	18	18	19	19	19	18	19	18	18	219	
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												70	
Техническая подготовка	30	45	40	40	40	40	40	40	45	40	40	40	480	
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	33	
Инструкторская практика, судейская практика	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	20	
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	4	52	
	70	91	88	85	86	89	88	94	87	89	87	86	1040	

Приложение №2 к приказу от 30.04.24 года № 50-1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ

учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Чир спорт» на 2024-2025 учебный год для группы НП первого года обучения (52 недели, 4,5 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	7	10	10	10	10	11	11	11	11	11	11	11	124
Специальная физическая подготовка	3	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6	4	63
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												-
Техническая подготовка	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	33
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			1						1				2
	13	18	19	19	19	21	21	21	22	21	21	19	234

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 501

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А. В. Ким



ГОДОВОЙ

учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Чир спорт» на 2024-2025 учебный год для группы НП второго-третьего года обучения (52 недели, 6 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	13	13	12	12	13	13	14	13	13	13	13	150
Специальная физическая подготовка	4	6	7	7	7	7	8	8	8	7	7	6	82
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												3
Техническая подготовка	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	39
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	35
Инструкторская практика, судейская практика													-
Медицинские, медико-биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль				2	1								3
	17	26	27	27	26	27	28	29	28	26	26	25	312

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 221

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Чир спорт»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ первого-третьего года обучения
(52 недели, 8 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	8	14	16	15	15	16	16	16	16	16	16	16	180
Специальная физическая подготовка	12	13	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	164
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												16
Техническая подготовка	5	7	9	8	8	8	9	8	8	8	8	8	94
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	2	3	4	5	4	5	4	5	4	4	5	4	49
Инструкторская практика, судейская практика		1			1	1		1		1	1		6
Медицинские, медико-биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль			3	3	1				2			2	11
	28	40	48	46	44	45	45	46	45	44	45	44	520

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 38-1
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГODOVOЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Чир спорт»
на 2024-2025 учебный год для группы УТ четвертого-пятого года обучения
(52 недели, 12 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	10	13	14	14	13	14	13	14	13	13	13	13	157
Специальная физическая подготовка	18	21	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	259
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												44
Техническая подготовка	9	12	14	14	13	15	13	14	13	13	13	13	156
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	3	4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	75
Инструкторская практика, судейская практика	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	15
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	22
	44	57	64	63	62	66	62	65	62	62	62	59	728

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 507
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5
 А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Чир спорт»
на 2024-2025 учебный год для группы ССМ
(52 недели, 16 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов	
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8		
Общая физическая подготовка	11	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	154
Специальная физическая подготовка	22	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	308
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												144	
Техническая подготовка	27	27	28	27	28	28	28	28	28	28	27	27	27	329
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	52
Инструкторская практика, судейская практика	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	33
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	50
	77	86	89	86	87	89	89	88	88	89	87	87	1040	

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 30 /

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки
по виду спорта «Чир спорт»
на 2024-2025 учебный год для группы ВСМ
(52 недели, 20 часов в неделю)

Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Месяцы												Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Общая физическая подготовка	12	15	15	14	15	15	15	15	15	15	15	14	175
Специальная физическая подготовка	24	30	30	29	29	30	30	30	30	30	29	29	350
Участие в спортивных соревнованиях	согласно календарному плану												172
Техническая подготовка	26	31	32	31	31	32	32	32	32	32	32	32	375
Тактическая подготовка, теоретическая подготовка, психологическая подготовка	4	5	6	5	6	5	6	5	6	5	5	5	63
Инструкторская практика, судейская практика	4	5	6	5	6	5	6	5	6	5	5	5	63
Медицинские, медико- биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2	4	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4	50
	84	105	108	102	105	107	109	107	109	105	104	103	1248

Приложение 2 к приказу от 13.09.24 года № 307

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким



ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной общеразвивающей программе
(для групп СО) на 2024-2025 учебный год
(42 недели, 6 часов в неделю)

Содержание занятий	Месяцы											Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Теоретическая подготовка	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2		20
ОФП и СФП	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	2	50
Избранный вид спорта	13	13	12	13	10	10	13	13	10	12	8	127
Другие виды спорта и подвижные игры	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1		15
Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка	1	2	3	2	2	5	2	2	3	3		25
Самостоятельная работа	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1		15
Участие в соревнованиях												
Медицинское обследование	Справка											
	26	26	24	26	18	24	26	26	22	24	10	252

Приложение 2 к приказу от 30.09.2024 года № 501

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО СШ №5

А.В. Ким

ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной общеразвивающей программе
(для групп СО ПФДО) на 2024-2025 учебный год
(36 недель, 4 часа в неделю)

Содержание занятий	Месяцы									Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	
Теоретическая подготовка	3	2	2	2	2	2	2	2	3	20
ОФП и СФП	7	7	8	8	5	8	7	7	7	64
Избранный вид спорта	2	2	2	2	2	2	2	3	3	20
Другие виды спорта и подвижные игры	2	3	1	2	2	2	3	3	2	20
Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка	1	2	2	2	1	2	2	2	2	16
Самостоятельная работа	--	--	--	1	--	1	1	--	--	3
Участие в соревнованиях	--	--	--	--	1	--	--	--	--	1
	15	16	15	17	13	17	17	17	17	144

Приложение 2 к приказу от 30.09.24 года № 351



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО СЦ №5
А.В. Ким

ГОДОВОЙ
учебный план-график по дополнительной общеразвивающей программе
(для групп СО адаптированная) на 2024-2025 учебный год
(36 недели, 2 часов в неделю)

Содержание занятий	Месяцы									Всего часов
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	
Теоретическая подготовка	1	1		1	1		1	1		6
ОФП и СФП	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
Избранный вид спорта	1	1	2	1	1	1	1	1	1	10
Другие виды спорта и подвижные игры	2	1	2	1	2	2	2	2	1	15
Технико-тактическое мастерство и психологическая подготовка		1			1			1		3
Самостоятельная работа	1		1							2
Участие в соревнованиях										-
Медицинское обследование	справка									
Итого	9	8	9	7	9	7	8	9	6	72