Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная - дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по виду спорта

ТХЭКВОНДО

Для спортивно - оздоровительной группы № 20 тренера - преподавателя по тхэквондо Палатина Р.В.

Предметная область: **Теоретическая подготовка** - 15 ч/год (46 недель); **Общая физическая подготовка** - 137 ч/год (46 недель);

Специальная физическая подготовка -120ч/год (46 недель); Промежуточная аттестация -4 ч/год (46 недель)

на 2021 - 2022 учебный год

ГРАФИК ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

СОГ	СЕНТЯБРЬ					ОКТЯБРЬ				НОЯБРЬ				ДЕКАБРЬ					ЯНВАРЬ				ФЕВРАЛЬ			
	01.09 - 05.09	06 - 12.09	13 - 19.09	20 - 26.09	27.09 - 03.10	04.10 - 10.10	11 - 17.10	18 - 24.10	25.10 - 31.10	01.11 - 07.11	08 - 14.11	15 - 21.11	22.11 - 28.11	29.11 - 05.12	06 - 12.12	13 - 19.12	20 - 26.12	27.12 - 30.12	03.01 - 09.01	10 - 16.01	17 - 23.01	24.01 - 30.01	31.01 - 06.02	07 - 13.02	14 - 20.02	21.02 - 27.02
УЧЕБНЫЕ НЕДЕЛИ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	В	19	20	21	22	23	24	25
ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (МИН)	5	10	10	10	10	20	20	20	30	10	10	10	15	10	10	10	10	5	В	15	15	15	15	10	10	10
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (МИН)	130	125	125	125	125	150	150	150	135	135	135	135	135	125	125	125	125	130	В	120	120	120	210	125	125	125
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (МИН)	45	135	135	135	135	100	100	100	105	125	125	125	120	135	135	135	135	45	В	135	135	135	135	135	135	135
Промежуточная АТТЕСТАЦИЯ (МИН)																			В							

СОГ	МАРТ					АПРЕЛЬ				МАЙ				ИЮНЬ					ИЮЛЬ				АВГУСТ					ВСЕГО ЧАСОВ
	28.02 - 06.03	07 - 13.03	14 - 20.03	21 - 27.03	28.03 - 03.04	04.04 - 10.04	11 - 17.04	18 - 24.04	25.04 - 30.04	02.05 - 08.05	10 - 15.05	16 - 22.05	23 - 29.05	30.05-05.06	06.06-11.06	13 - 19.06	20 - 26.06	27.06 - 03.07	04.07 - 10.07	11 - 17.07	18 - 24.07	25.07 - 31.07	01.08 - 07.08	08 - 14.08	15 - 21.08	22 - 28.08	29 - 31.08	
УЧЕБНЫЕ НЕДЕЛИ	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	П 37	38	39	40	41	42	43	К	к	к	к	к	к	44	45	46	
ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (МИН)	10	10	10	10	5	30	30	15	15	15	15	П-45	15	30	30	30	25	20							15	15	15	***15***
ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (МИН)	135	135	135	135	135	195	195	130	65	150	15	90+П-90	150	135	175	135	180	185							120	120	120	***137***
СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА (МИН)	125	125	125	125	130	135	135	125	100	105	150	П-45	105	195	65	195	65	65							135	135	45	***120***
Промежуточная АТТЕСТАЦИЯ (МИН)												180																***4***

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 14BF71D25BC54F97CBE3D45CDDF90C67160BFB7D
Владелец: Бобков Сергей Михайлович
Действителен: с 24.01.2022 до 24.04.2023

Обозначения:

В	Выходные дни
П	Промежуточная аттестация
К	Каникулы