



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБУ СЦОР №9 МОГК
 С.В.Кулинченко
 "09" января 2023 г.

**Примерный план-график распределения учебно-тренировочных часов в 2023 году
 дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "тайский бокс"**

№ п/п	Этап начальной подготовки до года (ЭНП-1)												Итого
	Недельная нагрузка в часах - 4,5												
	Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах - 2												
Наполняемость групп (человек) от 12 до 24													
	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	
1.	10	10	12	12	10	11	12	12	11	12	11	10	133
2.	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	2	5	47
3.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4.	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	42
5.	0	0,5	0	0	0,5	0	0	0	0,5	0	0,5	0	2
6.	1	0	0	0	0	0	0,5	0	0,5	0	0	0	2
7.	0	0,5	0	0	0,5	0	0,5	0	0	0	0,5	0	2
8.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	4
9.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
11.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2
12.	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	18	17	20	19	18	19	21	20	20	22	20	20	234
Всего учебно-тренировочных часов в год													204
Суммарное количество учебно-тренировочных часов в соответствии с расписанием работы тренера согласно этапа спортивной подготовки (87,2 %)													30
Суммарное количество часов самостоятельной подготовки по заданию тренера в выходные/праздничные дни, в отсутствие тренера с учетом 36 дней отпуска тренера в 2023 году (12,8 %)													

Учебно-тренировочная работа рассчитана на 52 недели с учетом самостоятельной подготовки обучающихся по индивидуальному плану спортивной подготовки на период их активного отдыха и/или отпуска/ командирования тренера-преподавателя

Заместитель директора
 Е.Г.Ярошенко