



**Пояснительная записка к календарному графику  
программы спортивной подготовки по СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ**

**1. Продолжительность учебного года**

| Этапы подготовки                              | Период обучения (лет) | Начало учебного года | Окончание учебного года | Промежуточная аттестация | Тренировочные сборы   | Самостоятельная работа по индивидуальным планам | Итоговая аттестация |
|---|-----------------------|----------------------|-------------------------|--------------------------|-----------------------|---|---------------------|
| Начальной подготовки                          | 1                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
|   | 2                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
|   | 3                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
| Тренировочный этап                            | 1                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
|   | 2                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
|   | 3                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
|   | 4                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
|   | 5                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 1                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |
|   | 2                     | 01.09.2023           | 31.08.2024              | 02.05.2024-31.05.2024    | 08.08.2024-28.08.2024 | 01.07.2024-31.07.2024                           | -                   |

Продолжительность тренировочного периода составляет 52 недели.

Продолжительность учебной недели – 6 дней.

Тренировочные занятия проводятся с 8.00 до 20.00 в соответствии с утвержденным расписанием.

Праздничные выходные дни по производственному календарю на период с 01.09.2023 по 31.08.2024 год: 04.11.2023, 01.01.2024-08.01.2024, 23.02.2024, 08.03.2024, 01.05.2024, 09.05.2024, 12.06.2024г.

Норма тренерской работы устанавливается в астрономических часах.

Продолжительность тренировочного занятия при реализации программы спортивной подготовки по СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и в соответствии с санитарными нормами и правилами.

Участие занимающихся в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях реализуется в соответствии с Календарным планом спортивно-массовых мероприятий МАУ ДО СШ ГО Красноуфимск на 2023-2024 год, программой спортивной подготовки по СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКЕ.

Объем часов тренировочного процесса составляет

| Этапы подготовки                              | Период обучения (лет) | Общее количество часов           | Продолжительность тренировочного занятия в академических часах | Количество часов в неделю |
|---|-----------------------|----------------------------------|--|---------------------------|
| Начальной подготовки                          | 1                     | 312                              | 2  | 6                         |
|   | 2                     | 416                              | 2  | 8                         |
|   | -                     | -                                | -  | -                         |
| Тренировочный этап                            | 1                     | 520                              | 2  | 10                        |
|   | 2                     | 520                              | 2  | 10                        |
|   | 3                     | 728                              | 2-3  | 14                        |
|   | 4                     | 728                              | 2-3  | 14                        |
|   | 5                     | 728                              | 2-3  | 14                        |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | 1                     | Выполнение индивидуального плана |  |                           |
|   | 2                     | Выполнение индивидуального плана |  |                           |

Сертификат 454fa330e70ele26221ee41838bfbc5f02c644e4