начальной подготовки до года

CCM

начальной подготовки свыше года

учебно-тренировочный до 3-х лет

учебно-тренировочный свыше 3-х лет

УТВЕРЖДЕН приказом МБУДО СШ по спортивной гимнастике от 15.07.2025. № 31-од

2025-2026

Календарный учебный график МБУДО СШ по спортивной гимнастике

Сентябрь '25						Октябрь '25							Ноябрь '25					Декабрь '25										
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
1	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5							1	2	1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14	6	7	8	9	10	11	12		3	4	5	6	7	8		8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21	13	14	15	16	17	18	19		10	11	12	13	14	15		15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28	20	21	22	23	24	25	26		17	18	19	20	21	22		22	23	24	25	26	27	28
29	30						27	28	29	30	31				24	25	26	27	28	29		29	30	31				
		Янв	варь	· '2 6					Фев	рал	ь '2	6					M	арт	'26					Апр	ель	5 '2 6	5	
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
			1	2	3	4							1											1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8		2	3	4	5	6	7		6	7	8	9	10	11	12
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15		9	10	11	12	13	14		13	14	15	16	17	18	19
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22		16	17	18	19	20	21		20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30	31		23	24		26	27	28		ı	23	24	25	26	27	28		27	28	29	30			
		M	<u>ай '</u>	26					Ик	ЭНЬ	<u>'26</u>						Ин	оль	'26					Ав		'26		
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
				1	2	3	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4							1	2
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14		6	7	8	9	10	11		3	4	5	6	7		9
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21		13	14	15	16	17	18		10	11	12	13	14	15	16
18	19	20	21	22	23	24	22		24	25	26	27	28		20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
25	26	27	28	29	30	31	29	30							27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30
учебно-тренировочные дни самостоятельная работа промежуточная аттестация выходные праздничные дни учебно-тренировочные мероприятия соревнования																												
Этап подготовки									Количество занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)																			
спортивно-оздоровительный									2-3 занятия в неделю по расписанию по 60-120 мин.									l										

3 занятия в неделю по расписанию по 90 мин. 3 занятия в неделю по расписанию по 120 мин.

4-5 занятий в неделю по расписанию по 60-180 мин.

5-6 занятий в неделю по расписанию по 120-240 мин.

6 занятий в неделю по расписанию по 60-180 мин.