**Календарный учебный план-график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание занятия | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | Итого часов |
| 1 | Теория | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |  |  |  | 18 |
| 2 | ОФП | 26 | 26 | 26 | 26 | 26 | 26 | 26 | 26 | 26 |  |  |  | 234 |
| 3 | СФП | 13 | 15 | 11 | 15 | 13 | 9 | 15 | 13 | 13 |  |  |  | 117 |
| 4 | Техническая подготовка | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |  |  | 27 |
| 5 | Инструкторская и судейская практика | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | 9 |
| 6 | Восстановительные мероприятия | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |  |  |  | 27 |
| 7 | УТС |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 52 | 54 | 52 | 158 |
| 8 | Участие в соревнованиях | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |  |  |  | 18 |
| 9 | Контрольно-переводные испытания | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |  |  |  | 18 |
| 10 | Итого часов | 52 | 54 | 50 | 54 | 52 | 48 | 54 | 52 | 52 | 52 | 54 | 52 | 626 |