

Приложение к приказу директора
МАУ ДО «СП №1 г. Белогорск»

2025 г. № 116



О.О. Лукьянчук
г. Белогорск

Расписание учебно-тренировочных занятий МАУ ДО «СП №1 г. Белогорск» с 1 сентября 2025 года

Пояснительная записка к расписанию занятий.

Расписание занятий составлено администрацией на основе учебного плана работы муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа №1 города Белогорск», нормативных документов.

Расписание составлено с учетом совокупности:

- минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта;
- постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" (с изменениями и дополнениями) «Требования к организации образовательного процесса» (Таблица 6.6) (Приложение 1-учет перерыва после 45 минут занятий)

Расписание составлено по представлению тренера-преподавателя в целях установления более благоприятного режима тренировочных занятий, отдыха обучающихся, обучения в общеобразовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей. При составлении расписания учитывались сведения о распределении нагрузки тренеров-преподавателей (приказ №175 от 29.08.2025 г. «Об утверждении тарификации и нагрузки педагогическим работникам МАУ ДО «СП №1 г. Белогорск»). Продолжительность рабочей недели – 6 дней (с учетом расписания учебно-тренировочных занятий).

Учебно-тренировочные занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором.

Спортсмены занимаются на отделениях:

- легкая атлетика;
- спортивная гимнастика (мужская и женская);
- шахматы;
- шашки.

Объемные показатели			
Этапы	Период обучения (лет)	Количество часов в неделю	Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия не должна превышать
отделение легкой атлетики			
Начальной подготовки	первый год	6	2
	второй год	8	2
	третий год	8	2
Учебно-тренировочный	первый год	9	3
	второй год	14	3
	третий год	14	3
	четвертый	16	3
	пятый год	16	3
Спортивного совершенств.	Без ограничения	18	3
отделение гимнастики			
Начальной подготовки	первый год	6	2
	второй год	8	2
Учебно-тренировочный	первый год	12	3
	второй год	12	3
	третий год	14	3
	четвертый год	14	3
	пятый год	16	3
отделение шахматы			
Начальной подготовки	первый год	6	2
	второй год	8	2
Учебно-тренировочный	первый год	12	3
	второй год	12	3
	третий год	14	3
	четвертый год	14	3
отделение шашки			
Начальной подготовки	первый год	6	2
	второй год	8	2
Учебно-тренировочный	первый год	9	3
	второй год	9	3
	третий год	12	3
	четвертый год	12	3

отделение легкая атлетика

Бойко А.А.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6	09.00ч.	Продолжительность, час						
			2		2		2		
НП-3	8 часов	18.00ч. суб.,воск.10.00ч.	Продолжительность, час						
			2		2		2		2
УТ-2	14 часов	15.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	3	2		
Жибалова Н.Т.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	09.00ч.	Продолжительность, час						
				2	2		2		
НП-2	8 часов	09.00ч.	Продолжительность, час						
			2	2	2		2		
УТ-3	14 часов	15.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3		3	2	
УТ-4	16 часов	15.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	1	3	3	
Лукьянчук С.О.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
УТ-2	14 часов	15.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3		3	2	
Спиридонова И.В.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	09.00ч.	Продолжительность						
			2		2		2		
НП-2	8 часов	09.00ч.	Продолжительность						
			2	2	2		2		
УТ-1	9 часов	09.00ч.	Продолжительность, час						
			3		3		3		
УТ-4	16 часов	15.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	1	3	3	

отделение спортивная гимнастика

Ачинович М.И..									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	17.00ч.	Продолжительность, час						
				2		2	2		
НП-2	8 часов	13.30ч.	Продолжительность, час						
				2		2	2	2	
УТ-3	14 часов	08.00ч.	Продолжительность, час						
				3	3	3	3	2	
УТ-5	16 часов	08.00ч.	Продолжительность, час						
				3	3	3	3	3	1
Купеева А.А.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	18.00ч.	Продолжительность, час						
			2		2		2		
УТ-2	12 часов	14.50 ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	3			
УТ-3	14 часов	09.00 ч.	Продолжительность, час						
			2	3	3	3	3		
Рахова Л.Л.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	16.00ч.	Продолжительность, час						
			2	2		2			
НП-2	8 часов	16.00ч. субб. 10.00ч.	Продолжительность, час						
			2	2		2		2	
УТ-1	12 часов	08.00 ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	3			
Хореография									
Ачинович М.И		УТ-5		8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰	8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰	8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰	8 ⁰⁰ -9 ⁰⁰		
Купеева А.А.		УТ-3	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰	9 ⁰⁰ -10 ⁰⁰		
Купеева А.А.		УТ-2	14 ⁵⁰ -15 ⁵⁰	14 ⁵⁰ -15 ⁵⁰	14 ⁵⁰ -15 ⁵⁰	14 ⁵⁰ -15 ⁵⁰			

Рахубенко Н.Г.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	16.00ч. субб. 10.10	Продолжительность, час						
			2		2			2	
НП-2	8 часов	16.00ч.	Продолжительность, час						
			2	2	2	2			
УТ-3	14 часов	08.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	3		2	
Татарчевская Н.Ф.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-2	8 часов	16.00 ч.	Продолжительность, час						
			2	2	2	2			
УТ-3	14 часов	08.00 ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	3		2	
Рябцева Т.Ю.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	09.00 ч.	Продолжительность, час						
			2		2		2		
УТ-1	12 часов	15.00 ч.	Продолжительность, час						
			3		3		3	3	
Чихняева Н.А.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-2	6 часов	17.00 ч.	Продолжительность, час						
			2		2		2		
УТ-1	12 часов	13.45 ч.	Продолжительность, час						
			3		3		3	3	
УТ-2	12 часов	08.45 ч.	Продолжительность, час						
			3		3		3	3	

отделение шахматы

Кованцева С.В.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-2 школа №10	8 часов	14.30ч. субб., воскр. 11.30ч.	Продолжительность, час						
			2		2			2	2
УТ-1 СШ №1	12 часов	8.00ч.	Продолжительность, час						
				3		3		3	3
УТ-2 школа №10	12 часов	11.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	3			
УТ-4 СШ №1	14 часов	15.00ч. пон.,среда 17.00ч.	Продолжительность, час						
			3	3	3	3		2	
Скрипник М.А.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1 СШ №1	6 часов	13.00ч. воскр. 15.30ч.	Продолжительность, час						
				2		2			2
НП- 2школа №4	8 часов	14.00 ч. воскр. 15.00ч.	Продолжительность, час						
			2		2		2		2
УТ-1 школа №4	12 часов	10.30 ч. воскр. 9.00ч.	Продолжительность, час						
			3		3		3		3
Кондратенко Е.В.									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-1	6 часов	11.40ч.	Продолжительность, час						
				2		2	2		
НП-2	8 часов	11.40ч.	Продолжительность, час						
				2		2	2	2	
УТ-1	12 часов	15.00ч. субб. 13.00ч.	Продолжительность, час						
				3		3	3	3	
шашки									
Этапы	Недельная нагрузка	Начало УТЗ	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
НП-2 школа №10	8 часов	14.00ч. воскр. 12.00ч.	Продолжительность, час						
				2		2	2		2
УТ-1 СШ №10	9 часов	14.00ч.	Продолжительность, час						
			3		3				3
УТ-2 СШ №10	9 часов	14.00 ч.	Продолжительность, час						
			3		3				3