



Пояснительная записка к календарному учебному графику  
дополнительной предпрофессиональной программы  
по спортивной аэробике  
(нормативный срок освоения - 10 лет)

**1. Продолжительность учебного года**

| Этапы подготовки                         | Период обучения (лет) | Начало учебного года | Окончание учебного года | Каникулы              | Промежуточная аттестация | Итоговая аттестация    |
|--|-----------------------|----------------------|-------------------------|-----------------------|--------------------------|------------------------|
| Начальной подготовки                     | Первый год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
|  | Второй год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
|  | Третий год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
| Тренировочный                            | Первый год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
|  | Второй год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
| Тренировочный                            | Третий год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
|  | Пятый год             | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
| Совершенствования спортивного мастерства | Первый год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | с 14.05. по 20.05.2018   | -                      |
| Совершенствования спортивного мастерства | Второй год            | 1 сентября 2017 года | 21 июня 2018            | с 22.06 по 31.08.2018 | -                        | с 14.05. по 20.05.2018 |

Продолжительность учебного года в группах начальной подготовки и тренировочного этапа - 42 недели, из них нерабочих праздничных – 15 дней. Продолжительность учебного года в группах совершенствования спортивного мастерства - 44 недели, из них нерабочих праздничных – 15 дней.

Продолжительность учебной недели - 6 дней.

Тренировочные занятия проводятся с 8.00 до 20.00 семь дней в неделю.

В нерабочие праздничные дни тренировочные занятия не проводятся.

Праздничные выходные дни по производственному календарю на период с 01.09.2017 по 31.08.2018 год:

4 ноября, 1-8 января, 23 февраля, 8 марта, 1 -2 мая, 9 мая, 12 июня.

Продолжительность тренировочного занятия при реализации дополнительной предпрофессиональной программы по спортивной аэробике рассчитана в академических часах (академический час – 45 мин) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки обучающихся и не превышает:

- на этапе начальной подготовки - 2 часов;
- на тренировочном этапе - 3 часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - 4 часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

Тренировочные занятия проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, которое является приложением к календарному учебному графику.

Участие обучающихся в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях реализуется с этапа начальной подготовки второго года обучения. На 2017 -2018 учебный год предусмотрено минимальное количество соревнований, в которых обучающиеся в течение года должны принять участие:

| <b>Этап подготовки</b>                          | <b>Наименование соревнований</b>   | <b>Номинация</b> | <b>Сроки проведения</b> |
|---|--|------------------|-------------------------|
| этап начальной подготовки первого года обучения | Первенство МБОУ ДО ДЮСШ «Динамо» по спортивной аэробике                    | -                | декабрь 2017            |
|   | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике «Майские звездочки» | -                | май 2018                |
| этап начальной подготовки второго года обучения | Первенство МБОУ ДО ДЮСШ «Динамо» по спортивной аэробике                    | -                | декабрь 2017            |
|   | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике                     | -                | октябрь 2017            |
|   | Первенство города Екатеринбурга по спортивной аэробике                     | -                | январь 2018             |

|  |  |   |              |
|--|--|---|--------------|
|  | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике «Майские звездочки» | - | май 2018     |
| этап начальной подготовки третьего года обучения | Первенство МБОУ ДО ДЮСШ «Динамо» по спортивной аэробике                    | - | декабрь 2017 |
|  | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике                     | - | октябрь 2017 |
|  | Первенство города Екатеринбурга по спортивной аэробике                     | - | январь 2018  |
|  | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике «Майские звездочки» | - | май 2018     |
|  | Первенство Свердловской области по спортивной аэробике                     | - | февраль 2018 |
| тренировочный этап                               | Первенство МБОУ ДО ДЮСШ «Динамо» по спортивной аэробике                    | - | декабрь 2017 |
|  | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике                     | - | октябрь 2017 |
|  | Первенство города Екатеринбурга по спортивной аэробике                     | - | январь 2018  |
|  | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике «Майские звездочки» | - | май 2018     |
|  | Первенство Свердловской области по спортивной аэробике                     | - | февраль 2018 |

|                                      |             |  |   |              |
|--------------------------------------|-------------|--|---|--------------|
| этап<br>совершенствования мастерства | спортивного | Первенство МБОУ ДО ДЮСШ «Динамо» по спортивной аэробики                    | - | декабрь 2017 |
|                                      |             | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике                     | - | октябрь 2017 |
|                                      |             | Первенство города Екатеринбурга по спортивной аэробики                     | - | январь 2018  |
|                                      |             | Открытые городские соревнования по спортивной аэробике «Майские звездочки» | - | май 2018     |
|                                      |             | Первенство Свердловской области по спортивной аэробики                     | - | февраль 2018 |

Для этапов начальной подготовки и тренировочного в каникулярный период запланировано проведение тренировочного сбора на базе МБОУ ДО ДЮСШ «Динамо». Сроки и продолжительность тренировочного сбора:

| Этапы подготовки     | Период обучения (лет) | Сроки проведения тренировочного сбора |
|----------------------|-----------------------|---------------------------------------|
| Начальной подготовки | Первый год            | с 22.06. по 05.07.2018                |
|                      | Второй год            | с 22.06. по 05.07.2018                |
|                      | Третий год            | с 22.06. по 05.07.2018                |
| Тренировочный        | Первый год            | с 22.06. по 05.07.2018                |
|                      | Второй год            | с 22.06. по 05.07.2018                |
| Тренировочный        | Третий год            | с 22.06. по 05.07.2018                |
|                      | Пятый год             | с 22.06. по 05.07.2018                |

Для этапа спортивного совершенствования мастерства запланирован тренировочный сбор по общей и (или) специальной физической подготовке на базе МБОУ ДО ДЮСШ «Динамо». Сроки и продолжительность тренировочного сбора:

|   |            |                       |
|---|------------|-----------------------|
| Совершенствования<br>спортивного мастерства | Первый год | с 09.01 по 26.01.2018 |
|   | Второй год | с 09.01 по 26.01.2018 |