«Утверждаю»
Директор МБУ ДО ДЮСШ № 11
_____Г.В. Попенко
24.05.2022

24.05.2022

X

Попенко Г.В.
Директор
Подписано: МБУ ДО г. Мурманска ДЮСШ №11

Календарный учебный график по программе «Азбука аэробики»

№ п/п	Разделы подготовки	Распределение нагрузки по месяцам учебного года									Итого часов по разделам
		XI	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	
1	**Теоретическая подготовка**	1	1	0,5	0,5		0,5	0,5	0,5	0,5	**5**
2	**Общая физическая подготовка**	4	4	4	4	4	4	4	4	4	**36**
3	**Специальная физическая подготовка.**	6	8	8,5	8,5	9	8,5	8,5	8,5	6,5	**72**
4	Аттестация *КН по ОФП и СФП*	2								2	**4**
	Итого часов	**13**	**13**	**13**	**13**	**13**	**13**	**13**	**13**	**13**	**117**