



УПРАВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ АДМИНИСТРАЦИИ г. КЕМЕРОВО
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва по гимнастике»
(МАУДО «СШОР по гимнастике»)
650023, г. Кемерово, пр. Октябрьский, 56б; тел.: 8(3842) 53-96-77 (спорт. отдел), 51-22-25 (бухгалтерия)
E-mail: sport.kemerovo@mail.ru Официальный сайт: sport.kemerovo.ru
ОКПО 43851797 ОГРН 1034205034038 ИНН 4205010776 КПП 420501001

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАУДО "СШОР по гимнастике"



Т.Е. Артамонова

Годовой учебно-тренировочный план на 2026-2027 учебно-тренировочный год
(ДОПСП - спортивная гимнастика)

Разделы подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки										
	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)					Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства	
	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)										
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	не ограничивается	не ограничивается
	Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки										
	312	416	416	520	624	728	728	832	936	1040	1248
	Количество часов в неделю										
	6 часов	8 часов	8 часов	10 часов	12 часов	14 часов	14 часов	16 часов	18 часов	20 часов	24 часа
	Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах										
2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	
Общая физическая подготовка	84	83	75	66	75	95	95	50	40	40	25
Специальная физическая подготовка	69	112	108	141	162	192	192	208	220	200	187
Участие в спортивных соревнованиях	3	8	8	21	25	46	46	55	55	80	88
Техническая подготовка	150	200	212	266	300	319	319	436	470	564	761
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	3	8	8	10	25	36	36	38	45	50	50
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	6	25	25	25	25	50	50	25
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	3	4	4	10	12	15	15	20	56	56	112
Общее количество часов в год	312	416	416	520	624	728	728	832	936	1040	1248

Исп. Заместитель директора по спортивной работе

Л.В.Трофимова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 03189E72F53A4C7F2A3F2741E3893A40
Владелец: Артамонова Татьяна Николаевна
Действителен: с 09.07.2026 до 02.10.2027