— «УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ ДО АР СШ № 1

Ткаченко Ю.А.
Приказ от 3009. 2015 № 94

РАСПИСАНИЕ занятий тренерско-преподавательского состава МБУ ДО АР СШ № 1 на 2025-2026 учебный год с 01.10.2025 года

	w		0	3					w				2			ōN.			1			No	
	Вахрамеева Е.Н.	преподавателя	***************************************	оио					Растороцкий Д.О.				Растороцкий О.В.	преподавателя	тренера-	Ф.И.О.			Иринархова А.А.		преподавателя	Ф.И.О.	
	COF (M3)	подготовки		IIRLE			ЭНП-1		СОГ (МЗ)		T9-1		T9-3		подготовки	Этап			ЭНП-2			Этап	
СОШ	с/зал СОШ4	проведения	The case of	MecTo		Ольгинская	ФОК	Ольгинская	ФОК	Ольгинская	ФОК	Ольгинская	ФОК		проведения	Место		Ольгинская	ФОК	07		Место . проведения	
			The state of the s	понелельник	OT											понедельник	ОТДЕЛЕ			» ЭИНЭІГЭЙ.		понедельник	
14.55-15.40	14.00-14.45*		o ropono	вторник	ОТДЕЛЕНИЕ «ВОЛЕЙБОЛ	2 часа	18.00-20.00	16.55-17.40	16.00-16.45	3 часа	17.00-20.00	3 часа	8.00-11.00			вторник	ОТДЕЛЕНИЕ «ПРЫЖКИ НА БАТУТЕ»			ОТДЕЛЕНИЕ «АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛЛ»		вторник	
			apada	cnella	волейбол»											среда	ски на бат			чЕСКИЙ РО		среда	
			.dagiai	ueTRenr		2 часа	18.00-20.00	16.55-17.40	16.00-16.45	3 часа	17.00-20.00	3 часа	8.00-11.00			четверг	YTE»			K-H-POJIJI»	,	четверг	
			***************************************	епинтвп												пятница		2 часа	14.00-16.00			пятница	
13.05-13.50	12.10-12.55		cyooota	cvhhora						2 часа	11.10-13.10	3 часа	8.00-11.00			суббота		2 часа	12.00-14.00			суббота	
13.05-13.50	12.10-12.55		Bockbecombe	ROCKDECEHLE		2 часа	10.00-12.00	8.55-9.40	8.00-8.45	2 часа	11.10-13.10	3 часа	8.00-11.00			воскресенье		2 часа	12.00-14.00			воскресенье	
7	6		100/110/1	Час/нел			6		6		10		12			Час/нед			6			Час/нед	

	9	í	N							∞				7		70	4		-	7		v		4				
	Ткаченко Ю.А.	тренера- преподавателя	Ф.И.О.							Кондрашин С.Ю.				Монов Н.А.	преподавателя	тренера-			Concentration	Сокотова ОС		Шаповаленко н.н.		Захаров И.Г.				
ЭНП-3	СОГ (МЗ)	подготовки	Этап			ЭНП-4		COГ 2 (M3)		COF 1 (M3)		ЭНП-1		СОГ (МЗ)		ЭТЯП				I-IIHE	COГ-2 (M3)	COI -1 (M3)		СОГ (МЗ)	1-E.I	-	ЭНП-2	
ФОК	ФОК Ольгинская	проведения	Место		СШ-1	Зал борьбы	СШ-1	Зал борьбы	СШ-1	Зал борьбы	СШ-1	Зал борьбы	СШ-1	Зал борьбы		проведения			/Янтарный	с/зап COIII п	с/зал Старочеркасс кой СОШ	Старочеркасс кой СОШ	№1	с/зал СОШ	c/3an COIII Nº24	COIII	с/зал СОШ №4	Лицей*/
19.00-21.00	17.00-17.45 17.55-18.40		понедельник	07	2 часа	8.00-10.00			15.55-16.40	15.00-15.45	2 часа	8.00-10.00	17.35-18.20	16.40-17.25		понедельник	OT/TESTINATION				18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45					18.10-20.10 2 yaca	
			вторник		2 часа	8.00-10.00	17.55-18.40	17.00-17.45								вторник							19.25-20.10	18.30-19.15			18.10-20.10 2 yaca	
19.00-21.00	17.00-17.45 17.55-18.40		среда	«ФУТБОЛ»	2 часа	8.00-10.00	17.55-18.40	17.00-17.45	15.55-16.40	15.00-15.45	2 часа	8.00-10.00	17.35-18.20	16.40-17.25		среда	*CHOF INBRAM BOI	THRU A COL	2 yaca	10 00-21 00	18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45						
			четверг				17.55-18.40	17.00-17.45								четверг	DUI DDAN	OLE A				ı	19.25-20.10	18.30-19.15	18.10-20.10 2 yaca			
19.00-21.00	17.00-17.45 17.55-18.40		пятница		2 часа	8.00-10.00			15.55-16.40	15.00-15.45	2 часа	8.00-10.00	17.35-18.20	16.40-17.25		впинтки					18.00-18.45 18.55-19.40	16.55-17.40			18.10-20.10 2 yaca		,	
		e	суббота													су00012			2 yaca	8 00-10 00			16.25-17.10	15.30-16.15	9.00-12.00 3 yaca		14.00-16.00 2 yaca	
18.00-20.00			воскресенье													воскресенье			2 yaca	8 00-10 00					9.00-12.00 3 часа			
8	6		Час/нед			~	*,	6		6		6		6		час/нед			c	6	6	0		6	10		6	

					13				12		8		11		10	
сентябрь, октябрь,	Русанова Э.В.			январь, февраль, март	Русанова Э.В.	апрель, май, июнь, июль, август	Сосенкова И.А. сентябрь, октябрь,	январь, февраль, март	Сосенкова И.А. ноябрь, декабрь,	тренера- преподавателя	Ф.И.О.		Леднев С.С.		Гончарова О.В.	
COГ 2 (M3)	COF 1 (M3)	ЭНП-З	ЭНП-1	COF 2 (M3)	COF 1 (M3)	T9-3	T9-5	T9-3	TЭ-5	подготовки	Этап	СОГ-2 (МЗ)	СОГ- 1 (МЗ)	СОГ-2 (МЗ)	сог-1 (мз)	
с/зал Дворец	с/з Лицей	с/зал Дворец спорта	с/зал Дворец спорта	с/зал Дворец спорта	с/з Лицей	с/зал Дворец спорта	с/зал Дворец спорта	с/зал Дворец спорта	с/зал Дворец спорта	проведения	Место	Ольгинская	ФОК Ольгинская	с/зал Островской СОШ	с/зал Островской СОШ	Ольгинская
16.00-16.45	18.00-18.45 18.55-19.40	8.00-10.00 2 часа		16.00-16.45 16.55-17.40	18.00-18.45 18.55-19.40	8.00-11.00 3 yaca	16.00-19.00 3 часа	8.00-11.00 3 yaca	16.00-19.00 3 часа	понедельник	ОТДЕЛЕНИЕ «ХУДОЖЕСТВЕННАЯ	15.20-16.05 16.15-17.00		18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45 16.55-17.40	2 часа
16.00-16.45	18.00-18.45 18.55-19.40	8.00-10.00 2 часа		16.00-16.45 16.55-17.40	18.00-18.45 18.55-19.40		15.00-18.00		15.00-18.00 3 yaca	вторник	УДОЖЕСТВ					
			8.00-10.00 2 yaca			8.00-11.00 3 yaca	16.00-19.00 3 часа	8.00-11.00 3 yaca	16.00-19.00 3 часа	среда			15.20-16.05 16.15-17.00	18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45 16.55-17.40	2 часа
							16.00-18.00 2 yaca			четверг	ГИМНАСТИКА»					
16.00-16.45	18.00-18.45 18.55-19.40		8.00-10.00 2 yaca	16.00-16.45 16.55-17.40	18.00-18.45 18.55-19.40	8.00-11.00 3 yaca	16.00-19.00	9.00-12.00 3 yaca	16.00-19.00	пятница		17.10-17.55 18.05-18.50	15.20-16.05 16.15-17.00	18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45 16.55-17.40	2 часа
		11.00-13.00	14.00-16.00 2 yaca			11.00-14.00 3 час	14.10-16.10 2 часа	13.10-16.10 3 час	11.00-13.00 2 yaca	суббота						
		11.00-13.00 2 часа							11.00-13.00 2 час	воскресенье		15.50-16.35 16.45-17.30	14.00-14.45 14.55-15.40			2 часа
6	6	~	6	- 6	6	12	16	12	16	Час/нед		6	6	6	6	

No.						1	16												15						14					
тренера-						А. И.	Кондрашова	7		июль, август		сентябрь, октябрь,	Рожкова К.В.			март	январь, февраль,	ноябрь, декабрь,	Рожкова К.В.						Андреева И. С.				июль, август	апрель, май, июнь,
подготовки			T3-1	JIHI-1	1-IIHE	(1,20)	COL (W3)		СС		ЭНП-3		СОГ (МЗ)		СС		ЭНП-3		СОГ (МЗ)		5-ПНС		СОГ-2 (МЗ)		COГ-1 (M3)		ЭНП-3		1-ПНЄ	
проведения	TO	/Янтарный	с/зал СОШ п	/Янтарный	c/san COIII n	п Янтарный	с/зал СОШ	Дворец	с/зал	спорта	с/зал	спорта	С/зал	спорта	с/зал	спорта	с/зал	спорта	с/зал	Ольгинская	ФОК	СДК	Ленинский	Ольгинская	ФОК	спорта	с/зал	дворец	с/зал	спорта
понедельник				2 yaca	10.00 20.00	16 55-17 40	16 00-16 45	3 часа	8.00-11.00	2 часа	15.00-17.00	18.15-19.00	17.20-18.05	3 часа	8.00-11.00	2 часа	15.00-17.00	18.15-19.00	17.20-18.05							2 часа	8.00-10.00			16.55-17.40
вторник		3 yaca	17 00-20 00					3 часа	8.00-11.00	2 часа	15.00-17.00			3 часа	8.00-11.00	2 часа	15.00-17.00			2 часа	18.00-20.00	15.05-15.50	14.10-14.55	17.05-17.50	16.10-16.55	2 часа	8.00-10.00			16.55-17.40
среда	БАЙДАРКАХ			2 yaca	18 00 20 00	16 55-17 40	16 00-16 45	3 часа	8.00-11.00	2 часа	15.00-17.00	18.15-19.00	17.20-18.05	3 часа	8.00-11.00			18.15-19.00	17.20-18.05									2 часа	8.00-10.00	
четверг	ках и каноэ»	3 часа	17.00-20.00					3 часа	8.00-11.00	2 часа	15.00-17.00									2 часа	18.00-20.00	15.05-15.50	14.10-14.55	17.05-17.50	16.10-16.55	2 часа	8.00-10.00			
пятница		3 часа	15.00-18.00					4 часа	8.00-12.00			18.15-19.00	17.20-18.05	4 часа	8.00-12.00	2 часа	15.00-17.00	18.15-19.00	17.20-18.05	-								2 часа	8.00-10.00	16.55-17.40
субоота		3 часа	12.20-15.20	2 yaca	10.00 12.00	16 55-17 40	16.00-16.45	4 часа	11.00-15.00					4 часа	11.00-15.00					2 часа	13.00-15.00	11.55-12.40	11.00-11.45	16.10-16.55	15.15-16.00	2 часа	11.00-13.00	2 часа	14.00-16.00	
воскресенье														3 часа	11.00-14.00	2 часа	14.10-16.10			2 часа	12.00-14.00									
Час/нед		12		c	7	-	6	0.7	3	0	0	c	7	20	20	0	0	C	7		8		6		6	0	0	0	`	

	20		19				18	70					17	
	Бойченко И.А.		Ким К.В.				Ким С. К.	тренера- преподавателя					Галета А.М.	преподавателя
COF 2 (M3)	COF 1 (M3)	СОГ -2 (МЗ)	СОГ 1 (МЗ)	СОГ 2 (МЗ)	СОГ 1 (М3)	T9-1	ЭНП-2	подготовки		СС	ТЭ-1	3НП-2	СОГ (МЗ)	
с/зал Гимназия № 3	c/3aл COIII №1	Ленинский СДК	ФОК Ольгинская	с/зал СОШ №4	с/зал СОШ №2	с/зал СОШ №4	с/зал СОШ №4	проведения		водно- спортивная база/зал борьбы СШ	водно- спортивная база/зал борьбы СШ № 1	водно- спортивная база/зал борьбы СШ № 1	водно- спортивная база/зал борьбы СШ № 1	
17.00-17.45	19.00-19.55 19.55-20.40					19.00-21.00 2 yaca	16.50- 18.50 2 yaca	ПОНЕДЕЛЬНИК	ОТД	17.10-20.10 3 часа	14.00-17.00 3 часа		8.30-9.15 9.25-10.10	
		15.00-15.45 15.55-16.40	18.00-18.45 18.55-19.40	17.00-17.45 17.55-18.40	19.00-19.45 19.55-20.40			вторних	The state of the s	16.00-20.00 4 часа		8.00-10.00 2 часа		
17.00-17.45	19.00-19.55 19.55-20.40					19.00-21.00 2 yaca	16.50- 18.50 2 yaca	среда	ОТДЕЛЕНИЕ «ТХЭКВОНДО»	17.10-20.10 3 часа	14.00-17.00 3 часа		8.30-9.15 9.25-10.10	
		15.00-15.45 15.55-16.40	18.00-18.45 18.55-19.40	17.00-17.45 17.55-18.40	19.00-19.45 19.55-20.40			- Actoria		18.00-20.00 2 часа	15.00-17.00 2 yaca	8.00-10.00 2 часа		
17.00-17.45	19.00-19.55 19.55-20.40			4		18.00-21.00 3 yaca		in i		16.00-20.00 4 yaca				4
		9.00-9.45 9.55-10.40	12.00-12.45 12.55-13.40	10.00-10.45	13.00-13.45 13.55-14.40	17.00-20.00 3 часа	14.50- 16.50 2 yaca	cycoola						
								Bockboccupe		14.10-18.10 4 часа Гимназия	10.10-12.10 2 часа Гимназия	8.00 -10.00 2 часа Гимназия	12.20-13.05 13.15-14.00 Гимназия	
6	6	6	6	6	6	10	6			20	10	6	6	

	23		No			22		No.			21	
	Бабин И.В.	тренера- преподавателя	Ф.И.О.			Козин Д.И.	тренера- преподавателя	Ф.И.О.			Ким А.К.	
COF 2 (M3)	COF 1 (M3)	подготовки	Этап		СОГ- 2 (МЗ)	сог-1 (М3)	подготовки	Этап			ЭНП-2	
с/зал Грушевскаяя ООШ	с/зал Грушевскаяя ООШ	проведения	Место		с/зал Октябрьская СОШ	с/зал Октябрьская СОШ	проведения	Место		CAIK	Ленинский	
			понедельник	ОТДЕЛЕ	19.20-20.05 20.15-21.00			понедельник	ОТДЕЛЕ			17.55-18.40
18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45 16.55-17.40		вторник	ние «Тяже.				вторник	ОТДЕЛЕНИЕ «РУКОПАШНЫЙ	2 часа	17.00-19.00	
			среда	ОТДЕЛЕНИЕ «ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА»	19.20-20.05 20.15-21.00			среда	ПАШНЫЙ Б			17.55-18.40
18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45 16.55-17.40		четверг	IKA»				четверг	[БОЙ»	2 часа	17.00-19.00	
			пятница			19.20-20.05 20.15-21.00		пятница				17.55-18.40
18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45 16.55-17.40		суббота		15.00-15-45 15.55-16.40	17.00-17.45 17.55-18.40		суббота		2 часа	11.00-13.00	
			воскресенье			11.00-11.45		воскресенье				
6	6		Час/нед		6	6		Час/нед			6	

Занятия в МБУ ДО АР СШ №1 проводятся ежедневно, включая выходные дни, согласно утвержденному расписанию.

человека факторов среды обитания» при реализации дополнительных образовательных программ начало занятий с 8.00 часов, окончание – для учащихся до 7 лет не позднее 19:30, 7-10 лет не позднее 20:00; 10-18 лет не позднее 21:00, с переменами между тренировками на отдых правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для 10 мин, между парами 15-20мин. В соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных

тренировочным планом, рассчитанным исходя из академического часа (45 минут). Для дополнительных общеразвивающих программ учебно-тренировочный процесс осуществляется в соответствии с учебно-

осуществляется в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут). Для дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта учебно-тренировочный процесс

Условные обозначения и недельная нагрузка:

COL

Этап начальной подготовки 1-2 года Этап начальной подготовки 3-4 года Тренировочный этап 1 года

- 6 часов в неделю:

- 6 часов в неделю:

- 8 часов в неделю;

- 10 часов неделю:

Этап спортивного совершенствования (прыжки на батуте) Этап спортивного совершенствования Тренировочный этап 4 года Тренировочный этап 5 года Тренировочный этап 1 года (отделения худ. гимнастика) Тренировочный этап 2-3 года

- 12 часов;- 12 часов в неделю;
- 14 часов в неделю;- 16 часов в неделю;
- 20 часов в неделю;

- 16 часов в неделю.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 645502124480540888185006450738835976348534763534

Владелец Ткаченко Юрий Александрович

Действителен С 13.02.2025 по 13.02.2026