

РАСПИСАНИЕ

занятий тренерско-преподавательского состава МБУ ДО АР СШ № 1 на 2026-2027 учебный год
с 01.09.2026 года

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУ ДО АР СШ № 1
Ткаченко Ю.А.
Приказ от 30.09.2026 № 82

ОТДЕЛЕНИЕ «АКРОБАТИЧЕСКИЙ РОК-Н-РОЛД»

№	Ф.И.О. тренера-преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
1	Иринархова А.А.	ЭНП-2/1	ФОК					14.00-16.00 2 часа	9.00-11.00 2 часа	9.00-11.00 2 часа	6
		ЭНП-2/2	ФОК	9.00-11.00		9.00-11.00		9.00-11.00			6

ОТДЕЛЕНИЕ «ПРЫЖКИ НА БАТУГЕ»

№	Ф.И.О. тренера-преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
2	Растороцкий О.В.	ТЭ-3	ФОК		8.00-11.00 3 часа		8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	12
		ТЭ-1	ФОК		17.00-20.00 3 часа		17.00-20.00 3 часа	11.10-13.10 2 часа	11.10-13.10 2 часа	11.10-13.10 2 часа	10
3	Растороцкий Д.О.	СОГ (МЗ)	ФОК				16.00-16.45 16.55-17.40	16.00-16.45 16.55-17.40	16.00-16.45 16.55-17.40	8.00-8.45 8.55-9.40	6
		ЭНП-2	ФОК		18.00-20.00 2 часа		18.00-20.00 2 часа			10.00-12.00 2 часа	6

ОТДЕЛЕНИЕ «ВОЛЕЙБОЛ»

№	Ф.И.О. тренера-преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
---	------------------------------	-----------------	------------------	-------------	---------	-------	---------	---------	---------	-------------	---------

4	Меленцев И.В.	СОГ (МЗ)	с/зал СОШ Лицей*/			14.25-15.10* 15.20-16.05		12.10-12.55 13.05-13.50	12.10-12.55 13.05-13.50	6
		ЭНП-2	с/зал СОШ №4	18.10-20.10 2 часа	18.10-20.10 2 часа			14.00-16.00 2 часа		6
		ТЭ-1	с/зал СОШ №4			18.10-20.10 2 часа	18.10-20.10 2 часа	9.00-12.00 3 часа	9.00-12.00 3 часа	10
5	Шаповаленко Н.Н.	СОГ (МЗ)	с/зал СОШ Старочеркас кой СОШ	16.00-16.45 16.55-17.40	18.00-18.45 18.55-19.40	16.00-16.45 16.55-17.40	16.00-16.45 16.55-17.40			6
6	Соколова О.С.	ЭНП-2	с/зал СОШ п /Янтарный			19.00-21.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа	8.00-10.00 2 часа	6

ОТДЕЛЕНИЕ «СПОРТИВНАЯ БОРЬБА»

№	Ф.И.О. тренера- преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
7	Монов Н.А.	СОГ (МЗ)	Зал борьбы СП-1	16.40-17.25 17.35-18.20		16.40-17.25 17.35-18.20		16.40-17.25 17.35-18.20			6
		ЭНП-1	Зал борьбы СП-1	8.00-10.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа			6
8	Кондрашин С.Ю.	СОГ 1 (МЗ)	Зал борьбы СП-1	15.00-15.45 15.55-16.40		15.00-15.45 15.55-16.40		15.00-15.45 15.55-16.40			6
		СОГ 2 (МЗ)	Зал борьбы СП-1		17.00-17.45 17.55-18.40	17.00-17.45 17.55-18.40	17.00-17.45 17.55-18.40				6
		ЭНП-4	Зал борьбы СП-1	8.00-10.00 2 часа	8.00-10.00 2 часа	8.00-10.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа			8

ОТДЕЛЕНИЕ «ФУТБОЛ»

№	Ф.И.О. тренера- преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
9	Ткаченко Ю.А.	СОГ (МЗ)	ФОК	17.00-17.45		17.00-17.45		17.00-17.45			6

10	Гончарова О. В.		Ольгинская	17.55-18.40		17.55-18.40		17.55-18.40			
		ЭНП-1	ФОК Ольгинская	19.00-21.00 2 часа		19.00-21.00 2 часа		19.00-21.00 2 часа			6
11	Леднев С.С.	СОГ-1 (МЗ)	с/зал Островской СОШ	16.00-16.45 16.55-17.40		16.00-16.45 16.55-17.40		16.00-16.45 16.55-17.40			6
		СОГ-2 (МЗ)	с/зал Островской СОШ	18.00-18.45 18.55-19.40		18.00-18.45 18.55-19.40		18.00-18.45 18.55-19.40			6
		СОГ-1 (МЗ)	ФОК Ольгинская			15.20-16.05 16.15-17.00		15.20-16.05 16.15-17.00		14.00-14.45 14.55-15.40	6
		СОГ-2 (МЗ)	ФОК Ольгинская	15.20-16.05 16.15-17.00				17.10-17.55 18.05-18.50		15.50-16.35 16.45-17.30	6

ОТДЕЛЕНИЕ «ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА»

№	Ф.И.О. тренера- преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
12	Сосенкова И.А. ноябрь, декабрь, январь, февраль, март	ТЭ-5	с/зал Дворец спорта	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа		8.00-12.00 4 часа	11.00-13.00 2 часа	11.00-12.00 1 час	16
		СС	с/зал Дворец спорта	16.00-19.00 3 часа	15.00-18.00 3 часа	16.00-19.00 3 часа		15.00-19.00 4 часа	13.10-16.10 3 час	12.10-16.10 4 часа	20
	Сосенкова И.А. сентябрь, октябрь, апрель, май, июнь, июль, август	ТЭ-5	с/зал Дворец спорта	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-10.00 2 часа	12.00-14.00 2 часа		16
		СС	с/зал Дворец спорта	15.00-19.00 4 часа	15.00-18.00 3 часа	15.00-19.00 4 часа	15.00-19.00 4 часа	16.00-19.00 3 часа	14.10-16.10 2 час		20
		СОГ-1 (МЗ)	с/зал Дворец спорта	17.00-17.45 17.55-18.40		17.00-17.45 17.55-18.40		17.00-17.45 17.55-18.40			6
13	Русанова Э.В. ноябрь, декабрь, январь, февраль, март	СОГ-2 (МЗ)	с/зал Дворец спорта	15.00-15.45 15.55-16.40	16.00-16.45 16.55-17.40			15.00-15.45 15.55-16.40			6
		ЭНП-2	с/зал Дворец спорта			8.00-10.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа	14.00-16.00 2 часа		6
		ЭНП-3	с/зал Дворец спорта	8.00-10.00 2 часа	8.00-10.00 2 часа				11.00-13.00 2 часа	11.00-13.00 2 часа	8

	Ананова Э.В. сентябрь, октябрь, апрель, май, июнь, июль, август	СОГ 1 (МЗ)	с/з Липей	17.00-17.45 17.55-18.40		17.00-17.45 17.55-18.40		17.00-17.45 17.55-18.40		6
		СОГ 2 (МЗ)	с/зал Дворец спорта	15.00-15.45 15.55-16.40	16.00-16.45 16.55-17.40			15.00-15.45 15.55-16.40		6
		ЭНП-2	с/зал Дворец спорта			8.00-10.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа		6
		ЭНП-3	с/зал Дворец спорта	8.00-10.00 2 часа	8.00-10.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа		11.00-13.00 2 часа	8
14	Андреева И. С.	СОГ-1 (МЗ)	ФОК Ольгинская		16.10-16.55 17.05-17.50		16.10-16.55 17.05-17.50		15.15-16.00 16.10-16.55	6
		ЭНП-3	ФОК Ольгинская		18.00-20.00 2 часа		18.00-20.00 2 часа		13.00-15.00 2 часа	8
15	Рожкова К.В. ноябрь, декабрь, январь, февраль, март	СОГ (МЗ)	с/зал Дворец спорта	17.20-18.05 18.15-19.00		17.20-18.05 18.15-19.00		17.20-18.05 18.15-19.00		6
		ЭНП-3	с/зал Дворец спорта	15.00-17.00 2 часа	15.00-17.00 2 часа	15.00-17.00 2 часа		15.00-17.00 2 часа		8
		ТЭ-3	с/зал Дворец спорта	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа		8.00-11.00 3 часа		12
	Рожкова К.В. сентябрь, октябрь, апрель, май, июнь, июль, август	СОГ (МЗ)	с/зал Дворец спорта	17.20-18.05 18.15-19.00		17.20-18.05 18.15-19.00		17.20-18.05 18.15-19.00		6
		ЭНП-3	с/зал Дворец спорта	15.00-17.00 2 часа	15.00-17.00 2 часа	15.00-17.00 2 часа		15.00-17.00 2 часа		8
		ТЭ-3	с/зал Дворец спорта	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа	8.00-11.00 3 часа		8.00-11.00 3 часа		12
16	Кондрашова А. И.	СОГ (МЗ)	с/зал СОШ п Янтарный	19.20-20.05 20.15-21.00		19.20-20.05 20.15-21.00	16.00-16.45		08.00-08.45	6
		ЭНП-2	с/зал СОШ п Янтарный	16.00-18.00 2 часа		16.00-18.00 2 часа		15.55-17.55 2 часа		6
		ТЭ-1	с/зал СОШ п Янтарный		17.00-20.00 3 часа		17.00-20.00 3 часа	18.00-21.00 3 часа	10.00-13.00 3 часа	12

ОТДЕЛЕНИЕ «ГРЕБЛЯ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ»

Ф.И.О. тренера- преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
17 Галета А.М.	СОГ (МЗ)	водно- спортивная база/зал борьбы СШ №1	8.30-9.15 9.25-10.10		8.30-9.15 9.25-10.10				12.20-13.05 13.15-14.00	6
	ЗНП-2	водно- спортивная база/зал борьбы СШ №1		8.00-10.00 2 часа		8.00-10.00 2 часа			8.00 -10.00 2 часа	6
	ТЭ-1	водно- спортивная база/зал борьбы СШ №1	14.00-17.00 3 часа		14.00-17.00 3 часа	15.00-17.00 2 часа			10.10-12.10 2 часа	10
	СС	водно- спортивная база/зал борьбы СШ №1	17.10-20.10 3 часа	16.00-20.00 4 часа	17.10-20.10 3 часа	18.00-20.00 2 часа	16.00-20.00 4 часа		14.10-18.10 4 часа	20

ОТДЕЛЕНИЕ «ТХЭКВОНДО»

№	Ф.И.О. тренера- преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
18	Ким С. К.	ЭНП-2	с/зал СОШ №4	16.50 - 18.50 2 часа		16.50 - 18.50 2 часа			14.50 - 16.50 2 часа		6
		ТЭ-1	с/зал СОШ №4	19.00-21.00 2 часа		19.00-21.00 2 часа		18.00-21.00 3 часа	17.00-20.00 3 часа		10
		СОГ 1 (МЗ)	с/зал СОШ №2		19.00-19.45 19.55-20.40		19.00-19.45 19.55-20.40		13.00-13.45 13.55-14.40		6
		СОГ 2 (МЗ)	с/зал СОШ №4		17.00-17.45 17.55-18.40		17.00-17.45 17.55-18.40		10.00-10.45 10.55-11.40		6
19	Ким К.В.	СОГ 1 (МЗ)	ФОК Ольгинская		18.00-18.45 18.55-19.40		18.00-18.45 18.55-19.40		12.00-12.45 12.55-13.40		6
		СОГ -2 (МЗ)	Ленинский СДК		15.00-15.45 15.55-16.40		15.00-15.45 15.55-16.40		9.00-9.45 9.55-10.40		6

21	Самохин С.Е.	СОГ 1 (МЗ)	с/зал СОШ №1	19.00-19.55 19.55-20.40		19.00-19.55 19.55-20.40		19.00-19.55 19.55-20.40			6
		СОГ 2 (МЗ)	с/зал Гимназия № 3	17.00-17.45 17.55-18.40		17.00-17.45 17.55-18.40					6
21	Самохин С.Е.	ЭНП-2	Ленинский СДК		17.00-19.00 2 часа		17.00-19.00 2 часа			11.00-13.00 2 часа	6

ОТДЕЛЕНИЕ «РУКОПАШНЫЙ БОЙ»

№	Ф.И.О. тренера-преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
22	Козин Д.И.	СОГ-1 (МЗ)	с/зал Октябрьская СОШ					18.30-19.15 19.25-20.10	13.30-14.15 14.25-15.10	13.30-14.15 14.25-15.10	6
		СОГ-2 (МЗ)	с/зал Октябрьская СОШ	18.30-19.15 19.25-20.10		18.30-19.15 19.25-20.10			15.25-16.10 16.20-17.05		6

ОТДЕЛЕНИЕ «ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА»

№	Ф.И.О. тренера-преподавателя	Этап подготовки	Место проведения	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	Час/нед
23	Бабин И.В.	СОГ 1 (МЗ)	с/зал Грушевская ООШ		16.00-16.45 16.55-17.40		16.00-16.45 16.55-17.40		16.00-16.45 16.55-17.40		6
		СОГ 2 (МЗ)	с/зал Грушевская ООШ		18.00-18.45 18.55-19.40		18.00-18.45 18.55-19.40		18.00-18.45 18.55-19.40		6

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

В соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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» 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 перерывами между тренировками на отдых 10 мин, между парами 15-20мин.

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

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

Условные обозначения и недельная нагрузка:

СОГ

Этап начальной подготовки 1-2 года

Этап начальной подготовки 3-4 года

Тренировочный этап 1 года

Тренировочный этап 1 года (отделения худ. гимнастика)

Тренировочный этап 2-3 года

Тренировочный этап 4 года

Тренировочный этап 5 года

Этап спортивного совершенствования

Этап спортивного совершенствования (прыжки на батуте)

- 6 часов в неделю;
- 6 часов в неделю;
- 8 часов в неделю;
- 10 часов в неделю;
- 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 68310291949308261174446458885988728622825444127

Владелец Ткаченко Юрий Александрович

Действителен с 17.02.2026 по 17.02.2027