КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
по программе «Юный пловец» 1 год обучения

Содержание	часы	сентябрь					октябрь				ноябрь					декабрь				январь				февраль				март				апрель					май			
Недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
ТЕОРИЯ	**10**																																							
Вводное занятие. Значение оздоровительной физической культуры для сохранения здоровья, ведения здорового образа жизни, снижения риска заболеваний	**1**	**1**																																						
Личная и общественная гигиена	**1**					**1**																																		
Закаливание организма	**1**										**1**																													
Режим дня и его выполнение	**1**												**1**																											
ОФП	**2**		**1**	**1**																																				
СФП	**2**						**1**	**1**																																
Технико-тактическая подготовка	**2**								**1**			**1**																												
ПРАКТИКА	**107**																																							
ОФП	**41**	**2**	**2**	**1**	**2**	**1**	**1**	**1**		**1**			**1**	**1**	**1**	**1**	**1**		**1**	**2**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**		**1**	**2**	**1**	**1**	**1**	**2**	**2**		**2**
СФП	**30**			**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**		**1**	**1**	**1**	**1**		**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**		**1**	**1**	**1**	**1**	**1**				
Технико-тактическая подготовка	**30**								**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**		**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**		**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**	**1**
Контрольные соревнования	**2**																														**2**									
Контрольные испытания	**4**																	**2**																				**2**	
ИТОГО ЧАСОВ	**117**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**	**3**