|  |  |
| --- | --- |
| *приказ № 11-ОД от 12.01.2022**«Об утверждении расписания тренировочных* *занятий на I полугодие 2022 года»* | **Приложение 1.**Утверждаюи.о. директора \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.В. Пономарева |

**РА С П И С А Н И Е**

# тренировочных занятий СШОР на первое полугодие 2022 года

**Отделение «Бокс»**

Условные обозначения: **ТЗ** - тренировочные занятия, **МР** – методическая работа в СОГ Место занятий: спортивный зал бокса ФСЦ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО тренера | группа | к-вочел. | Кол-вочас./ТЗ | Понедельник |  Вторник |  Среда |  Четверг |  Пятница |  Суббота | Воскресенье |
| 1 |  2 |  3 |  4 |  5 | 6 |  7 |  8 |  9 |  10 |  11 |  12 |
| 1. | Авдеенко Александр Николаевич | ССМ-2 | 2 | 14 час.7 ТЗ  | **07.00-08.00**18.00-20.00 | 18.00-20.00  | 18.00-20.00 | 18.00-21.00 | 18.00-20.00 | 18.00-20.00 | выходной |
| НП-3 | 12 | 8 час.4 ТЗ | 16.00-18.00 |  | 16.00-18.00 |  | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 |
| НП-2 | 10 | 6 час.3 ТЗ |  | 16.00-18.00 |  | 16.00-18.00 |  | 14.00-16.00 |
| 2. | Авдеенко ЛеонидАлександрович  | ТЭ-1 | 11 | 10 час.5 ТЗ | 15.30-17.30 |  | 15.30-17.30 | 15.30-17.30 | 15.30-17.30 | 15.00-17.00 | выходной |
| ТЭ-2 | 10 | 12 час.5 ТЗ | 17.30-20.30 | 16.00-18.00 | 17.30-19.30 | 17.30-20.30 | 17.30-19.30 |  |
| НП-1 | 15 | 4,5 час.3 ТЗ |  | 14.30-16.00 |  | 14.00-15.30 |  | 14.00-15.30 |
| 3. | Авдеенко Роман Александрович | ТЭ-3 | 8 | 14 час.6 ТЗ | 16.00-18.00 | 15.00-18.00 кросс | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 | 13.00-16.00 кросс | выходной |
| ТЭ-4 | 8 | 16 час.6 ТЗ | 18.00-21.00 | 18.00-20.00 кросс | 18.00-21.00 | 18.00-21.00 | 18.00-21.00 | 16.00-18.00 кросс |
| 4. | Гамазанов Дмитрий Евгеньевич | СОГ-1 | 10 | 6 час. **МР** | 13.30-15.00**15.00-15.30**  |  | 13.30-15.00**15.00-15.30**  |  | 13.30-15.00**15.00-15.30**  |  |  |
| СОГ-2 | 10 | 6 час.**МР** | 15.30-17.00**17.00-17.30** |  | 15.30-17.00**17.00-17.30** |  | 15.30-17.00**17.00-17.30** |  |  |
| СОГ-3 | 10 | 6 час.**МР** | 17.30-19.00**19.00-19.30**  |  | 17.30-19.00**19.00-19.30**  |  | 17.30-19.00**19.00-19.30**  |  |  |
| СОГ-4 | 10 | 6 час.**МР** |  | 13.30-15.00**15.00-15.30** |  | 13.30-15.00**15.00-15.30** |  | 13.30-15.00**15.00-15.30** |  |

**Отделение «Спортивная гимнастика»** (Место занятий – спортивные залы СШОР)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ф.и.о. тренера | группа | к-вочел. | Кол-вочас./ТЗ | Понедельник |  Вторник |  Среда |  Четверг |  Пятница |  Суббота | Воскресенье |
| 1 |  2 | 3 |  4 |  5 | 6 |  7 |  8 |  9 |  10 |  11 |  12 |
|  1. | Сафронова Елена Ивановна | ТЭ-3 | 5 | 14 час. 6 ТЗ | 14.00-17.00 | 14.00-16.00 | 14.00-17.00 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 10.00-12.00 | выходной |
| ТЭ-4 | 5 | 14 час. 6ТЗ | 17.00-20.00 | 16.00-18.00 | 17.00-20.00 | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 | 12.00-14.00 |
| НП-1 | 12 | 6 час. 3 ТЗ |  | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 |  | 8.00-10.00 |
| 2. | Румянцева Ирина Владимировна | ТЭ-4,5 | 5 | 14 час. 6 ТЗ | 16.00-18.00 | 15.00-17.00 | 15.00-17.00 | 15.00-17.00 | 15.00-18.00 | 14.00-17.00 | выходной |
| НП-2/1 | 11 | 8 час.4 ТЗ | 17.00-19.00 |  | 17.00-19.00 |  | 17.00-19.00 . | 10.00-12.00 |
| НП-2/2 | 11 | 8 час.4 ТЗ | 14.00-16.00 | 17.00-19.00  |  | 17.00-19.00 |  | 12.00-14.00 |
| 3. | Пергушева Вероника Сергеевна | ТЭ-4 | 5 | 14 час. 6 ТЗ | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 | 17.00-20.00 | 16.00-18.00 | 16.00-18.00 | 12.00-15.00 | выходной |
| ТЭ-2 | 7 | 10 час. 5 ТЗ | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 15.00-17.00 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 |  |
| НП-2 | 10 | 8 час.4 ТЗ |  | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 | 18.00-20.00 | 10.00-12.00 |
| 4. | Носкова Алена Сергеевна | ТЭ-2 | 5 | 10 час/5 ТЗ | 14.00-16.00 | 14.00-17.00 |  | 14.00-17.00 | 14.00-16.00 | 12.00-13.00 | выходной |
| ТЭ-3 | 6 | 14 час/ 6 ТЗ | 17.00-18.00 | 17.00-20.00 | 15.00-18.00 | 17.00-20.00 | 16.00-17.00 | 13.00-16.00 |
| НП-1 | 13 | 6 час./3 ТЗ | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 |  |
| **хореография** | ТЭ-2 | 5 | 2 час |  | 15.00-16.00 | 14.00-15.00 |  |  |  |
| ТЭ-3 | 6 | 2 час. | 16.00-17.00 |  |  |  | 17.00-18.00 |

**Расписание занятий хореографии** (отделение спортивной гимнастики).Тренер - Хайдарова Юлия Геннадьевна

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ФИО основного тренера | группа | Кол-во чел. | Кол-во час. | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | суббота |
| 1. | Сафронова Е.И.9 часов | ТЭ-4 | 5 | 4 час. | 14.00-15.00 | 16.00-17.00 |  |  | 14.00-15.00 | 13.00-14.00 |
| ТЭ-3 | 5 | 3 час. | 16.00-17.00 |  | 15.00-16.00 | 15.00-16.00 |  |  |
| НП-1 | 12 | 2 часа |  | 19.00-20.00 |  | 19.00-20.00 |  |  |
| 2. | Румянцева И.В.8 часов | ТЭ-4,5 | 5 | 5 час. | 17.00-18.00 | 17.00-18.00 |  | 17.00-18.00 | 17.00-18.00 | 14.00-15.00 |
| НП-2/1НП-2/1 | 11 11 | 3 час | 18.00-19.00 |  |  | 18.00-19.00 |  | 10.00-11.00 |
| 3. | Носкова А.С.2 часа | НП-1 | 13 | 2 часа | 19.00-20.00 |  |  |  | 19.00-20.00 |  |
| 4. | Пергушева В.С.10 часов | ТЭ-4 | 5 | 4 час. | 15.00-16.00 | 15.00-16.00 | 16.00-17.00 |  | 16.00-17.00 |  |
| ТЭ-2 | 7 | 3 час. |  |  | 14.00-15.00 | 16.00-17.00 | 15.00-16.00 |  |
| НП-2 | 10 | 3 час. |  | 18.00-19.00 |  |  | 18.00-19.00 | 09.00-10.00 |
| **ИТОГО:** | **10 групп** | **84 чел.** | **29 час.** |  |  |  |  |  |  |

**Отделение**  **«Прыжки на батуте»** Место занятий – спортивные залы СШОР

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ф.и.о. тренера | груп-па | к-вочел. | к-во час./ тренировок | Понедель- ник |  Вторник |  Среда |  Четверг |  Пятница |  Суббота | Воскресенье |
| 1 |  2 | 3 |  4 |  5 | 6 |  7 |  8 |  9 |  10 |  11 |  12 |
| 1. | Щеколдина Юлия Владимировна | НП-2 | 10 | 9 час/5ТЗ | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 14.00-15.00 |  | выходной |
| ТЭ-3,4 | 5+5 | 18 час/6 ТЗ | 16.00-19.00 | 16.00-19.00 | 16.00-19.00 | 16.00-19.00 | 15.00-18.00 | 11.00-14.00 |
| 2. | Савенко Евгения Владимировна | ТЭ-2 | 6 | 12 час/5 ТЗ | 14.00-17.00 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 14.00-16.00 | 14.00-17.00 |  | выходной |
| ТЭ-1 | 3 | 18 час/6 ТЗ | 17.00-20.00 | 16.00-19.00 | 16.00-19.00 | 16.00-19.00 | 17.00-20.00 | 12.00-15.00 |
| 3.  | Мальцева Анастасия Евгеньевна | ТЭ-1 | 6 | 12 час/5 ТЗ | 16.00-18.00 | 15.00-18.00 | 16.00-18.00 | 15.00-18.00 | 16.00-18.00 |  | выходной |
| НП-2 | 9 | 9 час/5 ТЗ | 14.00-16.00 |  | 14.00-16.00 | 14.00-15.00 | 14.00-16.00 | 10.00-12.00 |
| НП-1 | 12 | 6 час/3 ТЗ | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 |  | 18.00-20.00 |  |

**Отделение «Лёгкая атлетика», вид - бег на короткие дистанции.** Место занятий **-** (л/манеж, стадион)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ф.и.о. тренера | группа | к-вочел | Кол-вочас./ТЗ | Понедель - ник |  Вторник |  Среда |  Четверг |  Пятница |  Суббота | Воскресенье |
| 1. | Гуреев Сергей Николаевичманеж  | ТЭ-3 | 9 | 12 час/6 ТЗ  | 15.00-17.00 | 15.00-17.00 | 15.00-17.00 | 15.00-17.00 | 15.00-17.00 | 15.00-17.00 | выходной |
| ТЭ-4,5 | 9 | 12 час/6 ТЗ | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 | 17.00-19.00 |
| 2. | Мазунина Елена Валентиновнаманеж | ТЭ-3 | 8 | 12 час/6 ТЗ | 17.30-19.30 | 17.30-19.30 | 17.30-19.30 | 17.30-19.30 | 17.30-19.30 | 16.00-18.00 | выходной |
| ТЭ-2 | 8 | 9 час/4 ТЗ |  | 15.30-17.30 |  | 15.30-17.30 | 15.30-17.30 | 09.00-12.00 |
| НП-3 | 10 | 6 час/3 ТЗ | 15.30-17.30 |  | 15.30-17.30 |  |  | 14.00-16.00 |
| 3. | Лайко Татьяна ГеоргиевнаМанеж | ТЭ-1 | 11 | 9 час/4 ТЗ  | выходной | 14.00-16.00 |  | 14.00-17.00 |  | 13.30-15.30 | 11.30-13.30 |
| ТЭ-2 | 9 | 9 час/4 ТЗ | 16.00-19.00  |  | 17.00-19.00 | 16.00-18.00 |  | 13.30-15.30 |
| НП-1 | 10 | 6 час/3 ТЗ  |  | 14.00-16.00 |  |  | 09.00-11.30 | 09.00-11.30 |
| НП-2 | 10 | 6 час/3 ТЗ |  | 16.00-18.00 |  | 14.00-16.00 | 11.30-13.30 |  |
| 4. | Осинцева Анна Владимировна  | ТЭ-3 | 6 | 9 час.4 ТЗ |  | 16.15-18.15 |  | 18.15-20.15 | 18.15-20.15 СШОР | 12.00-15.00Манеж, бассейн | выходной |
| ТЭ-1 | 10 | 9 час.4 ТЗ | 16.15-18.15 |  | 16.15-19.15 Манеж, бассейн |  | 16.15-18.15 | 16.15-18.15 СШОР, манеж |
| НП-3 | 14 | 6 час.3 ТЗ |  | 14.15-16.15 |  | 14.15-16.15 |  | 10.00-12.00 |
| НП-2 | 10 | 6 час.3 ТЗ | 14.15-16.15 |  | 14.15-16.15 |  | 14.15-16.15 |  |

**Отделение «Лёгкая атлетика», вид - спортивная ходьба** Место занятий - л/манеж, стадион,

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ф.и.о. тренера | группа | к-вочел. | к-во час/ТЗ | Понедель- ник |  Вторник |  Среда |  Четверг |  Пятница |  Суббота | Воскресенье |
| 1. | Кузнецова Светлана Александровна  | НП-1 | 13 | 6 час/3 ТЗ  |  | 15.00-17.00 |  | выходной | 15.00-17.00 | 12.00-14.00 |  |
| ТЭ-1, НП-3 | 73 | 9 час/5 ТЗ | 16.00-18.00 | 18.00-20.00 | 16.00-18.00 | 17.00-18.00 | 10.00-12.00 |  |
| ТЭ-2 | 8 | 9 час/5 ТЗ  | 18.00-20.00 | 17.00-18.00 | 18.00-20.00 | 18.00-20.00 | 14.00-16.00 |  |
| 2. | Барцель Нелли Григорьевна | ТЭ-1 | 10 | 9 час/4 ТЗ | 16.00-18.00 |  | 16.00-19.00  | выходной |  | 14.00-16.00 | 15.00-17.00 |
| НП-2 | 10 | 6 час/3 ТЗ | 14.00-16.00 |  | 14.00-16.00 |  | 12.00-14.00 |  |
| НП-3 | 02 | 6 час/3 ТЗ |  | 16.00-18.00 ОУ№ 4 |  | 16.00-18.00 ОУ№ 4 |  | 13.00-15.00 |
| НП-1 | 12 | 6 час/3 ТЗ |  | 14.00-16.00 ОУ№ 4 |  | 14.00-16.00ОУ №4 |  | 11.00-13.00 |
| 3. | Казанцев Александр Юрьевич | ССМ-1ТЭ-4  | 16 | 18 час/10 ТЗ | **06.15-08.15**18.15-20.15 | **06.15-07.15**17.45-19.45 | **06.15-07.15**17.30-19.30 | **06.15-08.15**18.00-20.00 | 09.45-11.45 | 09.45-11.45 |
| ТЭ-3 | 8 | 12 час/6 ТЗ | 16.15-18.15 | 15.45-17.45 | 15.30-17.30 | 16.00-18.00 | 11.45-13.45 | 11.45-13.45 |
| НП-3 ОУ№21 | 15 | 6 час/3 ТЗ | 13.15-15.15 |  | 13.15-15.15 | 13.15-15.15 |  |  |
| 5. | Киселева Елена Леонидовна | ТЭ-4,5 | 5 | 7,5 час/4 ТЗ |  | 18.00-20.00 | 18.00-20.00 | выходной | 18.00-20.00 |  | 11.00-14.00 |

**Отделение «Лыжные гонки»** Место проведения занятий: стадион, СШ «Малахит», ОУ № 16,18, ДОУ № 47

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ф.и.о. тренера / место занятий | груп-па | к-вочел | к-вочас./ТЗ | Понедельник |  Вторник |  Среда |  Четверг |  Пятница |  Суббота | Воскресенье |
| 1. | Сычугова Татьяна Павловна Л/ базаОУ № 16  | ТЭ-2 | 10 | 14час/6 ТЗ | выходной | 17.00-19.00 | 18.00-20.00 | 17.00-19.00 | 17.00-20.00 | 12.15-14.15 | 11.00-14.00 |
| ТЭ-1 | 10 | 14 час/6 ТЗ | 15.00-17.00 | 15.00-18.00 | 15.00-18.00 | 15.00-17.00 | 10.15-12.15 | 09.00-11.00 |
| ДОУ № 47 | СОГ | 15 | 6 час/3 ТЗ **МР** |   | 11.00-12.30**12.30-13.00** |  | 11.00-12.30**12.30-13.00**  | 08.45-10.15**10.15-10.45** |  |
| 2. | Абдулов Равиль Мирхабдуллович ОУ № 18 п. Белокаменный | НП-1 | 15 | 6 час/3 ТЗ |  | 15.30-17.30 |  | 15.30-17.30 |  | 11.00-13.00 | выходной |
| СОГ-1 | 11 | 6 час/3 ТЗ **МР** |  | 09.30-11.00**11.00-11.30** | 15.30-17.00**17.00-17.30**  |  | 09.30-11.00**11.00-11.30** |  |
| СОГ-2 | 11 | 6 час/3 ТЗ**МР** | 09.30-11.00**11.00-11.30** |  | 09.30-11.00**11.00-11.30** | 09.30-11.00**11.00-11.30** |  |  |
| 3. | Плаксин Алексей Павлович Горянская Лариса НиколаевнаСШ «Малахит» Работа двух тренеров (совмещённые группы) | ВСМ, ССМ-1 | 11 | 21,3 ч/6 ТЗПлаксин А.П. | 09.00-12.00 | 09.00-12.00 | 09.00-12.00 | выходной | 09.00-12.00 | 09.00-10.00 | 09.00-10.18 |
| 16,2 ч/6 ТЗГорянс. Л.Н | 19.00-20.00 | 19.00-20.00 | 19.00-20.00 | 19.00-20.00 | 12.00-13.00 | 11.06-13.06 |
| 4. | ТЭ-3/1 | 9 | 8,1ч/5 ТЗПлаксин А.П. | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 10.00-12.06 |  |
| 8,1ч/5 ТЗ Горянс. Л.Н. | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 |  | 09.00-11.06 |
| ТЭ-3/2 | 11 | 9 час/5 ТЗ Плаксин А.П. | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 | 16.00-17.30 |  | 10.30-13.30 |
| 9 час/5 ТЗ Горянс. Л.Н. | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 17.30-19.00 | 09.00-12.00 |  |
| 5. | Кудряшов Леонид Григорьевич(Центральный стадион) | НП-2 | 15 | 9 час/5 ТЗ |  | 16.30-18.30 | 16.30-18.30 |  | 16.30-18.30 | 10.00-12.00 | 16.30-17.30 |
| СОГ-1 | 10 | 6 час/3 ТЗ **МР** |  | 14.45-16.15**16.15-16.45** | 14.45-16.15**16.15-16.45** | 14.45-16.15**16.15-16.45** |  |  |
| СОГ-2 | 10 | 6 час/3 ТЗ **МР** | 15.00-16.30**16.30-17.00** |  |  |  | 15.00-16.30**16.30-17.00** | 10.00-11.30**11.30-12.00** |
| 6. | Сычугов Максим АлександровичЛыжная базаОУ №16 | ТЭ-4 | 10 | 18 час/9 ТЗ | выходной | 17.00-19.00 | **07.00-08.00**15.00-17.00 | 17.00-19.00 | 15.00-17.00 | **11.00-14.00**17.00-18.00 | **09.00-11.00**17.00-19.00 |
| ТЭ-5 | 5 | 9 час/4 ТЗ | 19.00-20.00 | 17.00-20.00 |  | 17.00-19.00 |  | 11.00-14.00 |
| НП-1 | 14 | 6 час/3 ТЗ |  | 15.00-17.00 |  | 15.00-17.00 |  | 08.45-10.45 |  |

***Исполнитель: зам. директора по спортивной подготовке Пакулина Л.В.***

 ***тел. 7-57-00***