Согласовано:
Директор Департамента по физической культуре и спорту
Администрации городского округа
город Рыбинск Ярославской области
_____ О.В. Кондратенко
м.п.

Утверждаю:
Директор МАУ СШОР № 4
_____ Н.А. Тарусова
м.п.

ПЛАН КОМПЛЕКТОВАНИЯ по спортивной подготовке по видам спорта СШОР № 4 г. Рыбинск на 01 января 2023 г.

№ п/п	Ф.И. О. тренера	Тренировочная нагрузка, ставки	Методическая работа (час.)	Тренерская нагрузка (час)	Этап начальной подготовки 1года (час/чел) 4,5 часа	Этап начальной подготовки 2года (час/чел) 6 час	Этап начальной подготовки 3 года час/чел 6 час	Тренировочный Этап 1года час/чел 10 час	Тренировочный Этап 2года (час/чел 10 час	Тренировочный Этап 3года (час/чел 14 час	Тренировочный Этап 4года (час/чел 14 час	Тренировочный Этап 5года (час/чел 14 час	Этап Спортивного совершенствования мастерства (час/чел 20 час	Этап Высшего спортивного Мастерства (час/чел 28 час	ИТОГО Кол-во групп и кол-во спортсменов (час/чел)
		ВИД СПОРТА ШОРТ-ТРЕК													
1	Мартынов Д.Н.	1,10	14	26										26/5	1/26/5
2	Козлова Е.А.	0,6	10	14		6/12						6/10		2/-	2/14/22
3	Старостин А.А.	0,75	12	18		4/12	6/12					8/-			2/18/24
4	Вихорева А.Ю.	0,3		8		2/-	6/12								1/8/12
	Вихорева А.Ю.	1	16	24				10/10			14/10				2/24/20
5	Доколина О.В.	1	16	24									20/6	4/-	1/24/6
	Доколина О.В.	0,5		12										12/-	1/12/0
6	Шлемин С.Ю.	0,5	8	12										12/6	0/12/6
7	Белякова О.В.	0,6	10	14						14/10					1/14/10
	ИТОГО	**6,35**	**86**	**152**		**12/24**	**12/24**	**10/10**		**14/10**	**14/10**	**14/10**	**20/6**	**56/11**	**11/152/105**

№ п/п	Ф.И. О. тренера	Тренировочная нагрузка, ставки	Методическая работа (час.)	Тренерская нагрузка (час)	Этап начальной подготовки 1года (час/чел) 6 час	Этап начальной подготовки 2года (час/чел) 9 час	Этап начальн. подготовк 3 года (час/чел) 9 час	Тренировочный Этап 1года (час/чел) 14 час	Тренировочный Этап 2года (час/чел) 14 час	Тренировочный Этап 3года (час/чел) 18 час	Тренировочный Этап 4года (час/чел) 18 час	Тренировочный Этап 5года (час/чел) 18 час	Этап Спортивного совершенствования мастерств (час/чел) 24 час	Этап Высшего спортивного Мастерства (час/чел) 32 час	ИТОГО Кол-во групп и кол-во спортсменов (час/чел)
		ВИД СПОРТА ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ													
1	Новикова Л.Г.	1	16	24					6/-			18/15			1/24/15
	Новикова Л.Г.	0,5	8	12			4/- 4/14		8/10						1/12/10
2	Сиротина М.М.	1	16	24				2/-			18/10				2/24/24
	Сиротина М.М.	0,5	8	12				12/10							1/12/10
3	Семенова О.А.	0,95	14	23			9/15		14/10						2/22/25
	ИТОГО	**3,95**	**46**	**95**			**17/29**	**14/10**	**28/20**		**18/10**	**18/15**			**7/95/84**

№ п/п	Ф.И. О. тренера	Тренировочная нагрузка, ставки	Методическая работа (час.)	Тренерская нагрузка (час)	Этап начальной подготовки 1года (час/чел) 6 час	Этап начальной подготовки 2года (час/чел) 9 час	Этап начальной подготовки 3 года (час/чел) 9 час	Тренировочный Этап 1года (час/чел) 12 час	Тренировочный Этап 2года (час/чел) 12 час	Тренировочный Этап 3года (час/чел) 18 час	Тренировочный Этап 4года (час/чел) 18 час	Тренировочный Этап 5года (час/чел) 18 час	Этап Спортивного совершенствования мастерств (час/чел) 24 час	Этап Высшего спортивного Мастерства (час/чел) 32 час	ИТОГО Кол-во групп и кол-во спортсменов (час/чел)
		ВИД СПОРТА БИАТЛОН													
1	Тарасова А.С.	0,75	12	18			9/12				9/- 9/10				1/18/12
2	Кочегарова К.А.	1	16	24			3/- 6/12		12/9						2/24/19
	Кочегарова К.А.	0,25		6											1/6/12
3	Силина Г.В.	0,5	8	12					12/11						1/12/11
4	Ладыгина И.А.	0,5	8	12				12/8							1/12/8
	ИТОГО	**3**	**44**	**72**			**18/24**	**12/8**	**24/20**		**18/10**				**6/72/62**
	ВСЕГО	**13,30**	**176**	**319**		**12/24**	**47/77**	**36/28**	**52/40**	**14/10**	**50/30**	**32/25**	**20/6**	**56/11**	**24/319/251**

Ответственное лицо: Заместитель директора _____ С.А. Смирнова

(должность, ФИО)