

Рабочая программа
 для групп по радиоспорту
 начальной подготовки *1 г.о.*

Код темы	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	3	2	2	1	1	1	1	1	2	3	2	2	21
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом	1									1			2
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.		1									1		2
1003	Правила поведения в лесу.			1									1	2
1004	Культура поведения юных спортсменов.	1				1					1			3
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.				1									1
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.								1					1
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.	1						1			1			3
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.		1							1		1		3
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.									1				1
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.						1							1
1011	Нравственные беседы.			1									1	2
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.													0
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.													0
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	3	4	3	3	3	3	2	5	4	2	5	4	41
2001	Правила соревнований по радиоспорту, спортивному ориентированию	1	1		1				1			1		5
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.									1			1	2
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	18
2004	Правила любительского радиобмена, радиокоды													0
2005	Основы радиоконструирования													0
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости								1	1		1	1	4
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.													0
2008	Основы, техники бега.	1	1					1	1	1	1	1	1	8
2009	Основы, техники лыжных ходов.			1	1	1	1							4
2010	Основы методики спортивной тренировки в радиоспорте													0
	Всего по теории:	6	6	5	4	4	4	3	6	6	5	7	6	62
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	20	20	21	22	22	22	23	20	20	21	19	20	250
3001	Прием на слух и передача ключом.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
3002	Общая физ.подготовка.	6	5	6	6	7	6	7	6	6	7	6	6	74
3003	Специальная физ.подготовка.		1	1	1	1	1	1	1		1	1		9
3004	Спортивное ориентирование.	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	41
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест													0
3007	Участие в соревнованиях.			1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	16
3008	Судейская практика.													0
3009	Тренерская практика.													0
3010	Техника управления спортивной радиостанцией								1	1		1	1	4
3011	Работа на р/станции в р/сети.								1	1		1	1	4
3013	Гимнастика для глаз		1		1		1							3
3014	Дыхательная гимнастика	1		1		1		1						4
3015	Пальчиковая гимнастика													0
3016	Подвижные игры	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	0	1	26
3017	Игры с элементами спортивных игр	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	1	2	39
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.		1		1		1			1		1	1	6
1111	Всего часов:	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	312

Проверил _____ завуч Васильева Е.С.

Составил на 2016-2017 уч. год тренер-преподаватель _____ Зуйкова М.В.

Рабочая программа
 для групп по радиоспорту
 начальной подготовки 2г.о.

Код темь	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	3	2	2	1	1	0	1	0	2	1	1	1	15
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом	1												1
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.		1											1
1003	Правила поведения в лесу.			1										1
1004	Культура поведения юных спортсменов.	1				1								2
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.				1									1
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.													0
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.	1						1						2
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.		1							1	1			3
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.									1		1	1	3
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.													0
1011	Нравственные беседы.			1										1
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.													0
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.													0
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	4	5	5	4	4	4	3	5	4	6	6	6	56
2001	Правила соревнований по радиоспорту, спортивному ориентированию	1	1		1				1		1			5
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.									1		2	2	5
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.	1	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	19
2004	Правила любительского радиообмена, радиокоды										1			1
2005	Основы радиоконструирования													0
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.			1							1			2
2008	Основы, техники бега.	1	1	1				1	1	1	1	1	1	9
2009	Основы, техники лыжных ходов.				1	1	1							3
2010	Основы методики спортивной тренировки в радиоспорте													0
	Всего по теории:	7	7	7	5	5	4	4	5	6	7	7	7	71
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	33	32	33	34	33	34	35	34	33	32	32	32	397
3001	Прием на слух и передача ключом.	7	7	8	7	7	7	7	7	7	7	7	7	85
3002	Общая физ. подготовка.	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	84
3003	Специальная физ. подготовка.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
3004	Спортивное ориентирование.	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	84
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест										1	1	1	3
3007	Участие в соревнованиях.	1	1	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	27
3008	Судейская практика.													0
3009	Тренерская практика.													0
3010	Техника управления спортивной радиостанцией							1	1	1	1	1	1	6
3011	Работа на р/станции в р/сети.							1	1	1	3	3	3	12
3013	Гимнастика для глаз													0
3014	Дыхательная гимнастика													0
3015	Пальчиковая гимнастика													0
3016	Подвижные игры	4	3	4	3	4	4	4	3	2				31
3017	Игры с элементами спортивных игр	4	4	3	4	3	4	4	2	2	1	1	1	33
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.	1	1		2				2	2				8
1111	Всего часов:	40	39	40	39	38	38	39	39	39	39	39	39	468

Проверил _____ завуч Васильева Е.С.

Составил на 2016-2017 уч. год тренер-преподаватель _____ Кутюмина Е.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ДЮСТШ

Чернышев А.С.

"___" _____ 20__ г.

Рабочая программа
для групп по радиоспорту
учебно-тренировочных I г.о.(начальная специализация)

Код темы	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	2	2	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	17
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом													0
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.	1								1				2
1003	Правила поведения в лесу.				1									1
1004	Культура поведения юных спортсменов.													0
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.		1					1						2
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.													0
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.			1					1					2
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.				1						1			2
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.					1						1	1	3
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.	1					1							2
1011	Нравственные беседы.		1							1				2
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.				1									1
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.													0
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	5	5	6	4	5	5	5	6	5	6	6	6	64
2001	Правила соревнований по радиоспорту			1							1			2
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.		1		1		1		1	1		2	2	9
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	15
2004	Правила любительского радиообмена, радиокоды	1									1			2
2005	Основы радиоконструирования			1					1					2
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.	1	1	1		1		1						5
2008	Основы, техники бега.	1	1	1					2	2	2	1	1	11
2009	Основы, техники лыжных ходов.				1	2	2	1						6
2010	Основы методики спортивной тренировки в многоборье радистов													0
	Всего по теории:	7	7	7	7	6	6	6	7	7	7	7	7	81
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	45	46	45	46	45	45	46	45	45	45	45	45	543
3001	Прием на слух и передача ключом.	14	15	16	14	14	15	15	14	14	14	15	14	174
3002	Общая физ.подготовка.	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	10	10	110
3003	Специальная физ.подготовка.	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
3004	Спортивное ориентирование.	8	8	8	7	8	8	8	8	8	8	7	7	93
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
3007	Участие в соревнованиях.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	25
3008	Судейская практика.													0
3009	Тренерская практика.													0
3010	Техника управления спортивной радиостанцией	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
3011	Работа на р/станции в р/сети.	1	3	2	3	4	3	4	2	2	3	2	2	31
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.	3	1		3				2	2	1		2	14
1111	Всего часов:	52	53	52	53	51	51	52	52	52	52	52	52	624

Проверил

завуч

Васильева Е.С.

Составил на 2016-2017 уч. год тренер-преподаватель

Зуйкова М.В.

Абдуллаева Е.А.

Портнова В.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ДЮСТШ

Чернышев А.С.

" " 20__ г.

Рабочая программа
для групп по радиоспорту
учебно-тренировочных (углубленная специализация)

Код темы	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	1	3	3	3	1	2	2	4	2	2	2	2	27
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом		1										1	2
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.			1					1					2
1003	Правила поведения в лесу.	1			1									2
1004	Культура поведения юных спортсменов.		1											1
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.			1			1							2
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.				1									1
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.		1			1			1					3
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.			1				1		1				3
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.				1				1		1			3
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.											1		1
1011	Нравственные беседы.						1			1			1	3
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.							1			1			2
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.								1			1		2
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	8	8	8	8	8	7	8	6	8	8	7	7	93
2001	Правила соревнований по радиоспорту		1						1					2
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	22
2004	Правила любительского радиообмена, радиокоды									1	1			2
2005	Основы радиоконструирования	1			1									2
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.		1	1		1		1				1	1	6
2008	Основы, техники бега.	2	2	2					1	2	2	1	1	13
2009	Основы, техники лыжных ходов.				2	2	2	2						8
2010	Основы методики спортивной тренировки в многоборье радистов											1	1	2
	Всего по теории:	9	11	11	11	9	9	10	10	10	10	9	9	120
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	69	68	67	68	67	67	68	68	68	68	69	69	816
3001	Прием на слух и передача ключом.	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	276
3002	Общая физ. подготовка.	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	144
3003	Специальная физ. подготовка.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	120
3004	Спортивное ориентирование.	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	108
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
3007	Участие в соревнованиях.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3008	Судейская практика.	1		1					1		1	1		5
3009	Тренерская практика.		1			1							1	3
3010	Техника управления спортивной радиостанцией	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3011	Работа на р/станции в р/сети.	3	2	4	3	4	5	6	5	3	2	6	6	49
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.	3	3		3					3	3			15
1111	Всего часов:	78	79	78	79	76	76	78	78	78	78	78	78	936

Проверил

завуч

Васильева Е.С.

Составил на 2016-2017 уч. год тренер-преподаватель

Портнова В.П.

Зуйкова М.В.

Абдуллаева Е.А.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ДЮСТШ

Чернышев А.С.

" " 20 г.

Рабочая программа
для групп по радиоспорту
спортивного совершенствования (весь период)

Код темы	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	39
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом		1			1							1	3
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.			1			1							2
1003	Правила поведения в лесу.	1			1			1						3
1004	Культура поведения юных спортсменов.		1						1					2
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.			1			1			1				3
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.				1						1			2
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.		1			1			1			1		4
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.			1				1		1			1	4
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.	1			1				1		1			4
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.		1									1		2
1011	Нравственные беседы.			1			1			1			1	4
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.				1			1			1			3
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.					1			1			1		3
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	13	11	11	11	12	12	12	11	12	12	11	11	139
2001	Правила соревнований по радиоспорту	1							1					2
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	18
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	30
2004	Правила любительского радиообмена, радиокоды	1				1					1			3
2005	Основы радиоконструирования	1			1									2
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.		1	1		1	1	1		1		1	1	8
2008	Основы, техники бега.	3	3	3					3	3	3	2	2	22
2009	Основы, техники лыжных ходов.				3	3	3	3						12
2010	Основы методики спортивной тренировки в многоборье радистов						1	1		1	1	1	1	6
	Всего по теории:	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	14	14	178
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	89	90	89	90	88	88	89	89	89	89	90	90	1070
3001	Прием на слух и передача ключом.	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	31	372
3002	Общая физ.подготовка.	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	180
3003	Специальная физ.подготовка.	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	156
3004	Спортивное ориентирование.	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	144
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3007	Участие в соревнованиях.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
3008	Судейская практика.	1		1		2		1		2		2		9
3009	Тренерская практика.		1		1		2		1		1		1	7
3010	Техника управления спортивной радиостанцией	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
3011	Работа на р/станции в р/сети.	3	4	6	4	4	4	6	6	2	3	6	7	55
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.	3	3		3					3	3			15
1111	Всего часов:	104	105	104	105	103	103	104	104	104	104	104	104	1248

Проверил

завуч

Васильева Е.С.

Составил на 2016-2017 уч. год тренер-преподаватель

Портнова В.П.

Кутюмина Е.С.

Ермаков Н.В.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор СДЮСШС

Чернышев А.С.

" " 20 г.

Рабочая программа
для групп по радиоспорту
высшего спортивного мастерства (весь период)

Код темы	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	3	5	5	4	3	3	4	4	4	3	3	4	45
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом		1			1							1	3
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.			1			1							2
1003	Правила поведения в лесу.	1			1			1						3
1004	Культура поведения юных спортсменов.		1						1					2
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.			1			1			1				3
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.				1						1			2
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.		1			1			1			1		4
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.			2				2		2			2	8
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.	1			1				1		1			4
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.		1									1		2
1011	Нравственные беседы.			1			1			1			1	4
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.	1			1			1			1			4
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.		1			1			1			1		4
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	17	15	15	16	17	17	16	16	16	16	16	16	193
2001	Правила соревнований по радиоспорту, спорт ориент	1		1		1		1						4
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
2004	Правила любительского радиообмена, радиокоды		1		1		1		1					4
2005	Основы радиоконструирования	1			1									2
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
2008	Основы техники бега.	4	4	4					4	4	4	4	4	32
2009	Основы техники лыжных ходов.				4	4	4	4						16
2010	Основы методики спортивной тренировки в радиоспорте	1				2	2	1	1	2	2	2	2	15
	Всего по теории:	20	20	20	20	20	20	20	20	20	19	19	20	238
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	119	119	119	119	117	117	119	119	119	120	120	119	1426
3001	Прием на слух и передача ключом.	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	480
3002	Общая физ. подготовка.	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	204
3003	Специальная физ. подготовка.	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	216
3004	Спортивное ориентирование.	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	180
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
3007	Участие в соревнованиях.	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60
3008	Судейская практика.	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	16
3009	Тренерская практика.	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	16
3010	Техника управления спортивной радиостанцией	7	6	8	7	6	6	8	8	6	6	6	8	82
3011	Работа на р/станции в р/сети.	6	6	9	6	9	9	9	9	7	8	7	9	94
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.	5	5		5					5	5	5		30
1111	Всего часов:	139	139	139	139	137	137	139	139	139	139	139	139	1664

Проверил

завуч

Васильева Е.С.

Составил на 2016-2017 уч. год тренер-преподаватель

Портнова В.П.

Кутюмина Е.А.

Ермаков Н.В.

Рабочая программа
 для групп по радиоспорту
спортивно-оздоровительной 1г.о. (4 часа в неделю)

Код темы	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	9
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом	1												1
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.		1											1
1003	Правила поведения в лесу.			1										1
1004	Культура поведения юных спортсменов.				1									1
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.					1								1
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.													0
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.							1						1
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.										1			1
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.													0
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.											1		1
1011	Нравственные беседы.												1	1
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.													0
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.													0
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	0	19
2001	Правила соревнований по радиоспорту, спортивному ориентированию	1						1						2
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.													0
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.		1	1		1	1		1	1				6
2004	Правила любительского радиообмена, радиокоды													0
2005	Основы радиоконструирования													0
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости											1		1
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.													0
2008	Основы техники бега.	1	1					1	1		1	1		6
2009	Основы техники лыжных ходов.			1	1	1	1							4
2010	Основы методики спортивной тренировки в радиоспорте													0
	Всего по теории:	3	3	3	2	3	2	3	2	1	2	3	1	28
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	14	15	14	16	14	15	15	15	16	15	15	16	180
3001	Прием на слух и передача ключом.	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	18
3002	Общая физ.подготовка.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
3003	Специальная физ.подготовка.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
3004	Спортивное ориентирование.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест													0
3007	Участие в соревнованиях.													0
3008	Судейская практика.													0
3009	Тренерская практика.													0
3010	Техника управления спортивной радиостанцией													0
3011	Работа на р/станции в р/сети.													0
3013	Гимнастика для глаз	1						1		1		1		4
3014	Дыхательная гимнастика		1		1		1		1		1		1	6
3015	Пальчиковая гимнастика			1				1				1		3
3016	Подвижные игры	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3017	Игры с элементами спортивных игр	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.		1		1					2			1	5
1111	Всего часов:	17	18	17	18	17	17	18	17	17	17	18	17	208

Проверил _____ завуч Васильева Е.С.

Составил на 2016-2017 уч. год тренер-преподаватель _____ Портнова В.П.
 _____ Зуйкова М.В.
 _____ Абдуллаева Е.А.

Рабочая программа
 для групп по радиоспорту
 спортивно-оздоровительной (6 часов в неделю)

Код темы	ТЕМЫ	Сен	Окт	Ноя	Дек	Янв	Фев	Март	Апр	Май	Июнь	Июль	Август	Всего
1000	ОБЩИЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
1001	Краткий обзор состояния и развития радиоспорта в России и за рубежом	1												1
1002	Личная и общественная гигиена, режим труда и отдыха, закаливание организма, питание.		1				1							2
1003	Правила поведения в лесу.			1				1						2
1004	Культура поведения юных спортсменов.				1				1					2
1005	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физкультуры и спорта на человека.					1								1
1006	Трудовое воспитание юных спортсменов.													0
1007	Предупреждение и профилактика травм и заболеваний, первая помощь, техника безопасности.									1				1
1008	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях спортом.										1			1
1009	Основы психологической подготовки радиоспортсменов.													0
1010	Моральный и волевой облик спортсмена.											1		1
1011	Нравственные беседы.												1	1
1012	Физиологические основы спортивной тренировки.													0
1013	Периодизация спортивной тренировки, планирование и учет.													0
2000	СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
2001	Правила соревнований по радиоспорту, спортивному ориентированию	1			1			1						3
2002	Основы работы на р/станции в р/сети.											1		1
2003	Основы топографии, работа с картой, ориентирование.		1	1		1	1		1	1				6
2004	Правила любительского радиообмена, радиокоды													0
2005	Основы радиоконструирования													0
2006	Основы техники передачи ключом, техника наращивания скорости										1		1	2
2007	Учет спортивных тренировок, ведение дневника спортсмена.													0
2008	Основы техники бега.	1	1					1	1	1	1	1	1	8
2009	Основы техники лыжных ходов.			1	1	1	1							4
2010	Основы методики спортивной тренировки в радиоспорте													0
	Всего по теории:	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
3000	ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.	23	25	21	25	23	21	23	23	23	23	25	23	278
3001	Прием на слух и передача ключом.	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	19
3002	Общая физ.подготовка.	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	72
3003	Специальная физ.подготовка.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24
3004	Спортивное ориентирование.	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	25
3005	Плавание.													0
3006	КВ-тест													0
3007	Участие в соревнованиях.	1		1		1		1		1	1	1	1	8
3008	Судейская практика.													0
3009	Тренерская практика.													0
3010	Техника управления спортивной радиостанцией									1		1	1	3
3011	Работа на р/станции в р/сети.													0
3013	Гимнастика для глаз	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
3014	Дыхательная гимнастика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
3015	Пальчиковая гимнастика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
3016	Подвижные игры	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	45
3017	Игры с элементами спортивных игр	4	4	3	4	3	3	3	4	2	4	4	3	41
3012	Сдача контрольных нормативов и экзаменов.		1		2					1			1	5
1111	Всего часов:	26	28	24	28	26	24	26	26	26	26	28	26	314

Проверил _____ завуч Васильева Е.С.

Составил на 2013-2014 год тренер-преподаватель _____ Абдуллаев Д.А.