

Министерство образования Российской Федерации

Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ), школ высшего спортивного мастерства (ШВСМ) и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР)

Программа по тхэквондо

Москва 2001

Режим учебно-тренировочной работы и требования по физической, технической, и спортивной подготовленности

Этапы подготовки	Период обучения /лет/	Минимальная наполняемость/чел/	Максимальный количественный состав группы/ чел/	Объем тренировочной нагрузки(час/ нед)
Спортивно-оздоровительный	Весь период	15	30	6
Начальной подготовки	Первый год	15	30	6
	Второй год	12	24	9
Учебно-тренировочный	Первый год	12	24	10
	Второй год	10	20	12
	Третий год	10	20	14
	Четвертый год	8	16	16
	Пятый год	8	16	18
Спортивного совершенствования	До года	1	12	24
	Свыше года	1	12	28
Высшего спортивного мастерства	Весь период	1	8	32

Директор



А.И.Салихов