

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
протокол № 4 от 07.09. 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ДО «КДЮСШ «Авиатор»

« » 2017 г. А.Г.Панов

« » 2017 г.

**Учебный план отделения фигурного катания на коньках
на 2017-2018 учебный год**

№	Разделы подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки						
		Этап начальной подготовки			Тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
		1 год	2 г.о.	3 г.о.	1 г.о.	2 г.о.	4 г.о.	5 г.о.
1.	Общая физическая подготовка	156	156	182	158	159	160	160
2.	Специальная физическая подготовка	104	112	153	158	206	206	206
3.	Техническая подготовка	245	337	364	458	478	558	538
4.	Тактическая, теоретическая и психологическая подготовка	10	13	15	25	37	44	54
5.	Соревновательная, инструкторская и судейская практика	5	6	14	33	56	72	82
6.	Всего часов	520	624	728	832	624	1040	1040