

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 2

«01» 09 20 15 г



«УТВЕРЖДАЮ»

МБУ ДО «ДЮСШ №1» ЕМР РТ

Ю.А. Затеев

«01» 09 20 15 г

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

группы учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)

отделения «Хоккей» муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования

«Детско-юношеская спортивная школа №1» Елабужского муниципального района Республики Татарстан

Виды подготовки	Этап начальной подготовки			Т(СС)				
	1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год
Общая физическая	123	121	122	115	122	110	110	90
Специально-физическая	71	72	73	85	90	99	99	95
Техническая	118	118	119	105	111	99	99	106
Тактическая	59	60	70	74	83	83	83	98
Игровая	54	55	55	80	85	93	93	100
Теоретическая	28	30	32	38	44	48	54	60
Контрольные и календарные игры *	20	20	26	45	66	75	81	84
Восстановительные мероприятия	32	34	36	48	52	54	56	58
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	14	20	22	22	24
Контрольные испытания	16	16	16	28	20	22	22	22
Всего часов соревновательной и тренировочной нагрузки за 46 недель	461	461	471	518	568	581	587	589
Подготовка в спортивном лагере	52	52	54	56	72	80	80	80
Всего часов за 52 недели	573	578	592	674	756	785	799	811

* На календарную игру на начальном этапе отводится 2 часа