

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор МАУДО СДЮСШОР

Н.Н. Руденко



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
 МАУДО СДЮСШОР
 НА 2017-2018 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы спортивной подготовки/ кол-во часов						ВСМ весь период
		СО весь период	НП	НП св. 1 г. обуч.	УТ		СС св. 1г. обуч.	
			до 1 г. обуч..		до 2-х лет обуч.	св. 2 лет обуч.		
1.	Общая физическая подготовка	126	89	102	160	213	196	в соответствии с годовым индивидуальным планом-графиком подготовки спортсмена
2.	Специальная физическая подготовка	40	63	80	157	153	240	
3.	Технико-тактическая подготовка	126	140	252	275	298	440	
4.	Теоретическая подготовка	10	10	12	10	12	10	
5.	Контрольные нормативы	10	10	10	10	10	10	
6.	Инструкторско-судейская практика	-	-	6	8	10	12	
7.	Восстановительные мероприятия	-	-	2	3	6	20	
8.	Медицинское обследование	-	-	4	4	6	8	
9.	Соревнования (кол-во)	6	6	6	7-8	8	10	
10.	ИТОГО часов:	312	312	468	624	708	936	