

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора МБУ ДО «СШ ЗВС»
Б.А. Рагулин
2024

ПЛАН-ГРАФИК распределения учебно-тренировочных часов
МБУ ДО «Спортивная школа по зимним видам спорта» на 2024-2025 учебный год
отделение хоккея

№ п/п	Содержание материала	СО			Этап начальной подготовки				Тренировочный этап спортивной специализации			
		до 2-х лет 30 чел.		свыше 2-х лет 30 чел.	До года (ПН-1 г.о.) 14 чел.	Свыше года (НП-2,3) 14 чел.			До 2-х лет (ТСС-1,2 г.о.) 10 чел.	Свыше 2-х лет (ТСС-3,4,5 г.о.) 10 чел.		
		4 час.	6 час.	6 час.	6 час.	6 час.	8 час.	12 час.	12 час.	14 час.	16 час.	18 час.
1	ОФП (ч.)	56	69	69	69	69	69	69	69	94	94	94
2	СФП (ч.)	19	19	19	19	19	21	66	66	75	75	103
3	Техническая подготовка (ч.)	80	103	103	103	103	108	108	108	108	103	103
4	Тактическая подготовка (ч.)	20	28	28	28	28	56	75	75	115	125	125
5	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	-	-	-	22	79	79	105	110	130
6	Теоретическая, психологическая подготовка (ч.)	10	16	16	16	16	16	40	40	44	84	84
7	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль) (ч.)	23	46	46	10	10	12	14	14	14	20	20
8	Медицинские, медико-биологические мероприятия, ОВМ (ч.)	+	31 (летний период)	31 (летний период)	67 (летний период)	67 (летний период)	112 (Не более 1 часа в неделю)	173 (Не более 1 часа в неделю)	173 (Не более 2 часа в неделю)	173 (Не более 2 часа в неделю)	188 (Не более 3 часов в неделю)	240 (Не более 3 часов в неделю)
9	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	33	37
10	Кол-во часов за месяц	208	312	312	312	312	416	624	624	728	832	936

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 727726204259956664116557694330732115049131841915

Владелец Голуб Михаил Иванович

Действителен с 24.07.2026 по 24.07.2027