

Утверждаю
Директор МБУ ДО
Матвеево-Курганской ДЮСШ

В.Н. Кузьменко

Календарный учебный график.

Учебный план на 52 недели учебно-тренировочных занятий по видам спорта:

№ пп	Разделы подготовки	Этапы подготовки			
		СО	НП		УТ
		весь период	до года	свыше года	до двух лет
1	Теоретическая подготовка	10	10	24	24
2	Общая физическая подготовка	90	87	130	110
3	Специальная физическая подготовка	65	58	86	110
4	Техническая подготовка	72	73	108	138
5	Тактическая подготовка	25	29	43	86
6	Игровая подготовка	26	29	43	55
7	Соревнования	12	14	22	55
8	Контрольно-переводные нормативы	8	8	8	12
9	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	6
10	Восстановительные мероприятия	-	-	-	24
11	Медицинское обследование	4	4	4	4
12	Всего	312	312	468	624

На основании этих учебных планов и планов-графиков по годам обучения и этапам подготовки каждый тренер-преподаватель разрабатывает планы для конкретной учебно-тренировочной группы, учитывая подготовленность обучающихся и расписание занятий.