



УТВЕРЖДАЮ

Директор МУ ДО «ЦРФКС»

О. П. Васильев
О.П. Васильев

Протокол педагогического совета
№ 01 от «30» августа 2023 г.

УЧЕБНЫЙ ГОДОВОЙ ПЛАН-ГРАФИК на 2023-2024 учебный год

№	Разделы подготовки	Стартовый уровень (Этап начальной подготовки)				Базовый уровень (Этап начальной специализации)				Углубленный уровень (Этап спортивной специализации)				Всего
		1 год обучения		2, 3 год обучения		4, 5 год обучения				6-8 год обучения				
						ОФП		ТПП		ОФП		ТПП		
		Год /ч	Неделя/ч	Год/ч	Неделя/ч	Год/ч	Неделя/ч	Год/ч	Неделя/ч	Год/ч	Неделя/ч	Год/ч	Неделя/ч	
1.	Общая физическая подготовка	120	2,61	115	2,5	144	3,13			175	3,8			
2.	Специальная физическая подготовка	45	0,98	47	1,02	94	2,05			192	4,17			
3.	Техническая подготовка	56	1,22	58	1,26			166	3,61			282	6,13	
4.	Тактическая подготовка	30	0,65	30	0,65			70	1,52			85	1,84	
5.	Теоретическая подготовка	6	0,13	6	0,13	8	0,17	10	0,22	10	0,21	10	0,21	
6.	Психологическая подготовка	2	0,04	2	0,04	2	0,04	2	0,04	3	0,07	3	0,07	
7.	Участие в соревнованиях	2	0,04	3	0,07	7	0,15	7	0,15	9	0,2	9	0,2	
8.	Судейская практика	-	-	-	-	4	0,09	4	0,09	5	0,11	5	0,11	
9.	Контрольно-переводные нормативы	3	0,07	3	0,07	4	0,09	4	0,09	4	0,09	4	0,09	
10.	Другие виды спорта	12	0,26	12	0,026	13	0,28	13	0,028	16	0,35	16	0,35	
	Всего часов на 1 группу	276	6	276	6	276	6	276	6	414	9	414	9	
	Количество групп	6		30		8 (4x12)				16 (8x18)				60
	Всего часов в неделю	36		180		48				144				408
	Вакансия													216
ИТОГО:													624	