

ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области физической культуры и спорта по виду спорта
ХОККЕЙ

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки											
		НП			УТ						ССМ		
		годы обучения											
		1	2	3	1	2	3	4	5	6	1	2	3
1	Теоретическая подготовка	18	20	20	29	36	50	62	67	80	98	104	104
2	Общая физическая подготовка	80	140	140	142	168	183	173	162	150	142	152	154
3	Специальная физическая подготовка	37	66	68	100	108	105	144	140	170	210	222	222
4	Техническая подготовка	138	190	192	198	216	203	157	136	136	150	202	187
5	Тактическая подготовка	15	18	18	68	84	94	158	167	178	286	356	365
6	Учебные и тренировочные игры	14	18	20	30	39	48	39	30	69	36	42	43
7	Контрольные игры и соревнования	вне сетки часов			30	42	51	81	96	108	114	138	139
8	Текущие и контрольные испытания	10	16	10	13	13	13	13	13	16	16	16	16
9	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	8	18	20	20	27	30	16	16
10	Медицинские обследования	вне сетки часов			14	14	15	15	15	16	16	16	16
11	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	52	74	90	120	150	192	194
Общее количество часов:		312	468	468	624	728	832	936	936	1040	1248	1456	1456

