

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «хоккей»
(15 мая 2019 г. № 373)

Приложение № 2

Количество часов в неделю (год) на тренировочном этапе (этап спортивной специализации)
до двух лет 14 часов(728ч в год), свыше двух лет 18 часов(936ч в год)

Приложение № 3

Соотношение видов подготовки в структуре тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» (таблица переведена из процентного соотношения в часы и минуты)

Учебный план на 52 недели отделения хоккей с шайбой на этапе НАЧАЛЬНОЙ
ПОДГОТОВКИ ДО «ДЮСШ №8» с 01.09.2021 г.

Наименование предметных областей	этап начальной подготовки					
	6 часов (312 часов в год)		9 часов (468 часов в год)			
	До года (1 год)		Свыше года (2 года)			
	min	max	min	max		
Общая физическая подготовка	3 ч		4 ч			
Специальная физическая подготовка						
Техническая подготовка	3 ч		4 ч			
Тактическая подготовка						
Участие в спортивных соревнованиях						
Теоретическая и психологическая подготовка			1 ч			
Инструкторская и судейская практика						
Медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия, Тестирование и контроль						
Часов в год (52 недели)	312				416	

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «хоккей»
(15 мая 2019 г. № 373)

Приложение № 2

Количество часов в неделю (год) на тренировочном этапе (этап спортивной специализации)
до двух лет 14 часов(728ч в год), свыше двух лет 18 часов(936ч в год)

Приложение № 3

Соотношение видов подготовки в структуре тренировочного процесса на этапах спортивной
подготовки по виду спорта «хоккей» (таблица переведена из процентного соотношения в часы и минуты)

УЧЕБНЫЙ ПЛАН отделения хоккея с шайбой, на тренировочном этап (спортивная
специализация) с 01.09.2021 г. МБУ ДО «ДЮСШ №8»

Наименование предметных областей	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
	14 часов (728 часов в год)		18 часов (936 часов в год)	
	До 2х лет (2 года)		Свыше 2х лет (3 года)	
	min	max	min	max
Общая физическая подготовка	3 ч.		5,5 ч.	
Специальная физическая подготовка				
Техническая подготовка	4 ч.		6 час	
Тактическая подготовка (Лед)				
Участие в спортивных соревнованиях (игры)	2ч.25 мин		4ч. 50 мин	
Теоретическая и психологическая подготовка	35 мин		9%	
Инструкторская и судейская практика	-		1 час	
ТТП	35 мин		40 мин.	
Тестирование и контроль	2 раза в год			
Часов в год (52 недели)				
	728ч в год (14ч)		936ч в год(18ч)	

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Фигурное катание на коньках»
(15 января 2018 г. № 38)

На основании п.9 ФССП максимальный объем тренировочной нагрузки (приложение №9ФССП)
приведен в соответствии с условиями материально-технической базы МБУ ДО «ДЮСШ №8»
(см. таблица №1).
Таблица № 1

Объем тренировочной нагрузки	Тренировочный этап (этап спортивной специализации) свыше 2-х лет
Количество часов в неделю	12
Количество тренировок в неделю	5-7
Общее количество часов в год	624
Общее количество тренировок в год	260-364

Приложение № 2

Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках»
УЧЕБНЫЙ ПЛАН отделения фигурного катания на коньках на 52 Недели с 01.09.2021 г. МБУ ДО «ДЮСШ №8»

Наименование предметных областей	Тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
	До 2х лет (2 года)		Свыше 2х лет (3 года)	
	min		min	
Общая физическая подготовка	3ч.30 мин.		2ч.30 мин	
Специальная физическая подготовка				
Техническая подготовка (лед)	5 ч.		6 ч.	
Хореография	3 ч.		3ч.10 мин.	
Участие в спортивных соревнованиях	4%		7%	
ТПП	30 мин.		20 мин.	
Итого часов	12 часов		12 часов	
Всего за год	624		624	