

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

Спортивная школа Саянского района

Дополнительная образовательная программа по виду спорта "хоккей"

Учебный план рассчитан на 2026 год на 52 недели

Утверждаю:

МБУ ДО СШ Саянского района

Директор

Сыроежко Ю.В.



Разделы подготовки	Программы подготовки				
	Общ.разв.	Спортивной подготовки			
Год подготовки	СОГ -1	НП -1	УТ-1	УТ-2	УТ-4
Количество часов в неделю	6	8	12	12	16
Теоретическая подготовка	8	18	24	24	22
Общая физическая подготовка	98	68	68	68	62
Спец. физическая подготовка	70	18	68	68	52
Участие в соревнованиях			82	82	140
Техническая подготовка	40	102	92	92	126
Тактическая подготовка	20	8	56	56	96
Психологическая подготовка			56	56	34
Инструкторская практика					24
Судейская практика					24
Восстановит. мероприятия		8	12	12	48
Медико-биол. мероприятия		6	36	36	42
Аттестация	8	6	36	36	24
Самостоятельная работа	58	78	94	94	138
Интегральная подготовка					
Подв. игры, др.виды спорта	10				
Всего часов	312	312	624	624	832
Количество групп	3	2	1	1	3
Всего групп					

Форма промежуточной аттестации- сдача нормативов ОФП, СФП и ТТП

Сроки текущего контроля - декабрь-январь

Сроки годового контроля - май-июнь