



Утверждаю:  
 Директор МБУ ДО СДЮСШОР  
 по ледовым видам спорта  
 Е. В. Килиязова

**Учебный план на 2017-2018 учебный год  
 Дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа по виду спорта «Хоккей»**

№	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап					Этап совершенствования спортивного мастерства
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	
		1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Весь период
	Недельная нагрузка, час	6	8	8	12	12	18	18	18	24
1	Теоретическая подготовка	22	22	22	22	22	46	46	46	60
2	Общая физическая подготовка	144	100	100	165	165	245	245	245	220
3	Специальная физическая подготовка	46	86	86	125	125	195	195	195	248
4	Технико-тактическая подготовка	100	208	208	312	290	450	450	450	720
5	Всего	312	416	416	624	624	936	936	936	1248
6	Количество соревнований	3	5	8	8	8-10	8-10	8-10	8-10	10-12
7	Восстановительные мероприятия (кол-во)	-	-	-	28	28	30	30	30	35
8	Медицинское обследование (кол-во)	-	-	2	2	2	2	2	2	2
9	Промежуточная аттестация Контрольно-переводные нормативы (кол-во)	2	2	2	2	2	2	2	2	2
	Теоретическая подготовка	тест	тест	тест	тест	тест	тест	тест	тест	тест
	Общая физическая подготовка	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН
	Специальная физическая подготовка	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН
	Технико-тактическая подготовка	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН	КПН

\*КПН - контрольно-переводные нормативы