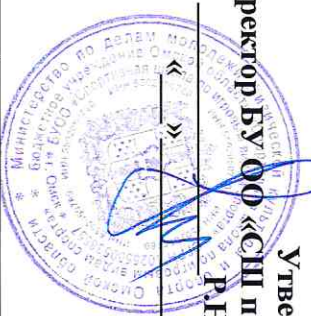


Согласовано:
 Начальник отдела методического обеспечения
 и спортивной подготовки БУ ОО «СПИ по ИВС»
 Р.Р.Идиатуллин

План-график распределения программного материала в годичном
 цикле для групп по этапам (периодам) подготовки

Утверждаю:
 Директор БУ ОО «СПИ по ИВС»
 Р.Н. Гусев
 «__» __ 20__ г.



СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТНЫХ ОБЛАСТЕЙ	Часы										
	НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4	Т-5	ССМ-1	ССМ-2	ВСМ
1. Теоретическая, тактическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия.	42	69	69	138	138	253	253	253	358	358	480
1.1 Теоретическая подготовка											
1.2 Тактическая подготовка											
1.3 Психологическая подготовка											
1.4 Медико-восстановительные мероприятия											
2. Общая физическая подготовка	85	109	109	115	115	92	92	92	95	95	159
3. Специальная физическая подготовка	35	49	49	75	75	125	125	125	190	190	223
4. Техническая подготовка	64	94	94	147	147	215	215	215	270	270	318
5. Техничко-тактическая (интегральная) подготовка	42	38	38	55	55	83	83	83	105	105	159
6. Участие в спортивно-массовых мероприятиях, соревнованиях, тренерская и судейская практика.	36	49	49	86	86	130	130	130	175	175	255
6.1 Участие в спортивно-массовых мероприятиях, соревнованиях											
6.2 Тренерская практика											
6.3 Судейская практика											
7. Учебно-тренировочные сборы (УТС)						30	30	30	48	48	62
8. Контрольные испытания	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
ВСЕГО ЧАСОВ	312	416	416	624	624	936	936	936	1248	1248	1664