

Утверждаю:
Директор АУ ДО РХ «СШ «Саяны»
_____ А.И. Багрецов
М.П.
«_____» _____ 2026г.

Годовой учебно-тренировочный план (учебный план) на 2026-2027 учебно-тренировочный год вид спорта «хоккей»

Виды подготовки	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап	
	3 год		2 год	
	Недельная нагрузка в астрономических часах			
	8		12	
	Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах			
	2		3	
	Минимальная - максимальная наполняемость групп (чел.)			
	14-28		10-20	
Тактическая, теоретическая и психологическая подготовка	60	14%	94	15%
Общая физическая подготовка	84	20%	68	11%
Специальная физическая подготовка	40	10%	68	11%
Техническая подготовка	112	27%	100	16%
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	120	29%	200	32%
Участие в спортивных соревнованиях	-	-	94	15%
Общее количество часов в год:	416	100%	624	100%

Примечание: годовой учебно-тренировочный план составлен на 52 недели