

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор АУ ДО РХ "СП"Саяны"
 _____ А.И. Багрецов
 " ____ " _____ 2026г.

Календарный учебно-тренировочный график на 2026-2027 учебно-тренировочный год

Вид спорта: хоккей

Учебно-тренировочный этап спортивной подготовки до двух лет

Содержание занятий		%	Часы	Распределение часов по месяцам											
				Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август
1. Тактическая, теоретическая психологическая подготовка				12	12	3	8	4	5	13	12	13	10		2
Итого часов:		15	94	12	12	3	8	4	5	13	12	13	10		2
2. ПРАКТИКА															
ОФП		11	68	15	2						4	18	18		11
СФП		11	68	15	15	10	2	1	1	2	2	6	7		7
Техническая подготовка		16	100		17	17	14	13	13	13	13				
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	восст меропр.	32	200	8	8	8	8	12	5	14	15	15	15	54	32
	мед.контроль										2				
	промежут. аттестация								2				2		
Итого часов:		85	436	38	42	35	24	26	21	29	36	39	42	54	50
3. УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ			94			12	22	22	22	12	4				
Всего часов:			624	50	54	50	54	52	48	54	52	52	52	54	52