

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

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

Вид спорта: хоккей

Этап начальной спортивной подготовки свыше года

				Распределение часов по месяцам											
Содержание занятий		%	Часы	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август
1. Тактическая, теоретическая психологическая подготовка				6	5	6	7	6	4	7	5	9	3		2
Итого часов:		14	60	6	5	6	7	6	4	7	5	9	3		2
2. ПРАКТИКА															
ОФП		20	84	17	7						14	20	20		6
СФП		10	40	10	10	10							4		6
Техническая подготовка		27	112		14	16	18	20	18	18	8				
медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	восст меропр.	29	120	1	1	1	9	10	8	10	6	6	5	37	20
	мед.контроль									2					
	промежут. аттестация							2				2			
Итого часов:		86	356	28	32	27	27	30	28	28	30	26	31	37	32
3. УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ															
Всего часов:		100	416	34	37	33	34	36	32	35	35	35	34	37	34