Календарный учебный график

РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА НА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЭТАПЕ

Содержание	Всего	*Сентябрь*				*Октябрь*					*Ноябрь*				*Декабрь*				*Январь*					*Февраль*				*Март*					*Апрель*				*Май*					*Июнь*				45 - 52
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	
ОФП	86	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	2	2	24
СФП и СТП	62	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	1	
Соревнования и контрольные испытания	2							1																																1						
Теоретическая подготовка	6		1									1								1								1								1							1			
ИСП	-								+															+															+							
ВМ	-									+								+									+									+									+	
Медицинское обследование	1 раз в год (+ дополнительные медицинские осмотры)																																													
Всего часов	156	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	24

Условные обозначения: ОФП – общая физическая подготовка, СФП - специальная физическая подготовка, СТП - специальная техническая подготовка.
ИСП - инструкторская и судейская практика; ВМ - восстановительные мероприятия;