

Годовой учебно-тренировочный план на 52 недели (в часах).
Дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» КГАУ ДО «СШ по хоккею «Сокол»

Виды подготовки	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап					Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства
	Год обучения										
	1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	не ограничивается
ОФП	51	53	53	68	68	83	83	83	73	73	56
СФП	9	13	13	62	62	92	92	92	114	114	197
Техническая	80	87	87	100	100	107	107	107	104	104	84
Тактическая	19	25	25	56	56	83	83	83	125	125	197
Участие в соревнованиях	-	22	22	94	94	125	125	125	166	166	224
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	25	25	25	42	42	42
Теоретическая и психологическая	14	22	22	50	50	59	59	59	114	114	183
Восстановительные мероприятия	25	30	30	52	52	82	82	82	100	100	139
Контрольные испытания	22	26	26	42	42	46	46	46	65	65	93
Медицинские и медико-биологические мероприятия	14	34	34	100	100	130	130	130	137	137	189
Всего часов	234	312	312	624	624	832	832	832	1040	1040	1404

