

**Учебный план  
на 52 недели тренировочных занятий**

<b>Виды подготовки</b>	<b>СОГ</b>	
	<b>до года</b>	<b>свыше года</b>
	<b>1-й</b>	<b>2-4-й</b>
Теоретическая	8	8
Общая физическая	74	89
Специальная физическая	46	69
Техническая	66	89
Тактическая	31	49
Игровая	36	59
Контрольные и календарные игры	-	39
Восстановительные мероприятия	-	-
Инструкторская и судейская практика	-	-
Контрольные испытания	15	12
Медицинское обследование	-	-
<b>Всего часов за 52 недели</b>	<b>312</b>	<b>312</b>
<b>Часов в неделю</b>	<b>6</b>	<b>6</b>