

УТВЕРЖДАЮ»



Директор МБУ ДО ДЮСШ ТВС

Е.С. Малкова

2020

УЧЕБНЫЙ ПЛАН МБУ ДО ДЮСШ ТВС
для реализации программы СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ (автомобильный спорт)
на 2020-2021 уч.год

Разделы подготовки	Этапы подготовки							
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап				Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	Этап базовой подготовки		этап спортивной специализации			
			1-й	2-й	1-й	2-й	3-й	4-й
1.Количество часов в неделю	12час	14час	14час	14час	16час	16час	24часа	32часа
2.Года обучения	1	2	1	2	3	4		
3.Общая физическая подготовка, (час.)	187	195	145	145	145	145	198	230
4.Специальная физическая подготовка, (час.)	98	120	131	131	145	145	212	266
5.Техническая подготовка, (час.)	248	310	338	338	394	394	631	902
6.Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (час.)	85	89	85	85	99	99	120	133
7.Участие в соревнованиях ,инструкторская и судейская практика (час.)	6	14	29	29	49	49	87	133
Всего часов	624	728	728	728	832	832	1248	1664