

Годовой учебно-тренировочных план на 2024 учебный год
 дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта "кикбоксинг"

№ п/п	Этапы и годы спортивной подготовки						с учетом наличия обучающихся, имеющих уровень спортивной квалификации - мастер спорта, МСМК, ЗМС
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет			
Недельная нагрузка в часах							
4,5	6	8	12	16	20		
Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах							
2	2	3	3	4	4		
Наполняемость групп (человек)							
12 - 24	12 - 24	10 - 20	10 - 20	10 - 20	10 - 20		
82	84	104	94	100	94		
33	50	67	137	141	187		
2	6	29	56	100	125		
94	145	155	206	258	312		
7	6	12	37	75	104		
5	6	8	25	50	62		
5	6	12	25	42	73		
2	3	8	12	17	21		
2	3	4	6	8	10		
0	0	4	6	8	10		
2	3	4	6	13	18		
0	0	9	14	20	24		
234	312	416	624	832	1040		
200	266	355	532	709	887		
34	46	61	92	123	153		
Общее количество часов в год							
Количество учебно-тренировочных часов на этапе спортивной подготовки в соответствии с расписанием работы тренера-преподавателя							
Количество часов самостоятельной подготовки обучающихся по заданию тренера-преподавателя в выходные/ праздничные дни, во время отпуска/ командирования тренера-преподавателя							

Годовой учебно-тренировочный план рассчитывается на 52 недели в год.

Заместитель директора

А.А.А.
 Е.Г.Ярошенко