

УТ-1

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|
| 1. | Общая физическая подготовка | 3 | 3 | 2 | 3 | 6 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 18 | 10 | 60 |
| 2. | Специальная физическая подготовка | 6 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 8 | 8 | 72 |
| 3. | Техническая подготовка | 9 | 8 | 9 | 8 | 9 | 9 | 8 | 9 | 8 | 9 | 6 | 8 | 100 |
| 4. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | | 5 | 60 |
| 5. | Участие в соревнованиях | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | | 38 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика | | 1 | 1 | 1 | | 1 | 1 | 1 | | | | | 6 |
| 7. | Медицинские, восстановительные мероприятия, тестирования и контроль | 2 | 1 | 2 | 1 | | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | | 1 | 14 |
| 8. | Интегральная подготовка | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 2 | 4 | 66 |
| Итого часов: | | 35 | 34 | 35 | 34 | 35 | 35 | 34 | 35 | 34 | 35 | 34 | 36 | 416 |

УТ-2

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|
| 1. | Общая физическая подготовка | 4 | 3 | 2 | 3 | 6 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 16 | 10 | 60 |
| 2. | Специальная физическая подготовка | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 8 | 6 | 64 |
| 3. | Техническая подготовка | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 9 | 108 |
| 4. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | 6 | 5 | | 5 | 60 |
| 5. | Участие в соревнованиях | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | | | 38 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика | | 1 | 1 | 1 | | 1 | 1 | 1 | | | | | 6 |
| 7. | Медицинские, восстановительные мероприятия, тестирования и контроль | 2 | 1 | 2 | 1 | | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | | 1 | 14 |
| 8. | Интегральная подготовка | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 2 | 4 | 66 |
| Итого часов: | | 35 | 34 | 35 | 34 | 35 | 34 | 35 | 35 | 35 | 34 | 35 | 35 | 416 |

Заместитель директора по учебно - воспитательной работе _____ Мартыненко Н.В.