

СОГЛАСОВАНО  
 Заместитель директора  
 по спортивной подготовке  
 Г.В. Ткачева  
 " " 2024г.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ ДО  
 «СНОР «Олимп»  
 В.В.Емельянов  
 2024г.

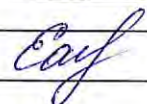
Годовой учебно-тренировочный план спортивной подготовки отделения бильярдный спорт на 2024-2025 спортивный сезон

Этапы и годы подготовки

№ п/п	Содержание	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		1	2-3	2-3	4	без ограничений	без ограничений
<b>Недельная нагрузка в часах</b>							
6	8	14	18	22		18*	
<b>Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах</b>							
2	2	3	3	4		4	
<b>Наполняемость групп (человек)</b>							
15	16	13	16	10	8	4	2
<b>Возрастные границы лиц, проходящие спортивную подготовку (лет)</b>							
9	9	10	10	12		14	
1.	Общая физическая подготовка (включая работу по индивидуальным планам, учебно-тренировочные мероприятия)	133	130	186	130	140	130
2.	Специальная физическая подготовка (включая работу по индивидуальным планам, учебно-тренировочные мероприятия)	80	104	192	268	300	216
3.	Участие в спортивных соревнованиях	0	10	36	80	170	162
4.	Техническая подготовка	75	138	250	340	360	280
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	15	26	28	36	50	36
6.	Инструкторская и судейская практика	0	0	12	46	52	46
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	9	8	24	36	72	66
		<b>312</b>	<b>416</b>	<b>728</b>	<b>936</b>	<b>1144</b>	<b>936</b>

\* По внешнему совместительству

Инструктор-методист

  
 А.И. Егорова