



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО ВО «СШ по СО»

В.В. Горин

**Годовой учебно-тренировочный план ГБУ ДО ВО «СШ по СО» на 2024 год
Вид спорта – радиоспорт (спортивная радиопеленгация)**

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет		
		Недельная нагрузка в часах					
		6	6	8	10	20	24
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (человек)					
		8	5		2	1	
		1	Общая физическая подготовка	125	82	70	57
2	Специальная физическая подготовка	38	56	104	192	437	586
3	Участие в спортивных соревнованиях	0	3	13	26	73	88
4	Техническая подготовка	125	144	154	140	208	162
5	Тактическая подготовка	6	6	17	21	62	88
6	Теоретическая подготовка	9	9	25	36	73	100
7	Психологическая подготовка	3	6	17	21	62	87
8	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	3	3	8	11	21	25
9	Инструкторская и судейская практика	0	0	4	11	21	25
10	Медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия	3	3	4	5	21	25
Общее количество часов в год		312	312	416	520	1040	1248