

Начальник УФС
Исполнительного комитета
г. Набережные Челны

« 09 »

2020 г.



Директор МАУ «КСШ «Тулпар
имени Р.С. Хамадеева»

2020 г.



муниципального автономного учреждения
города Набережные Челны
«Конноспортивная школа «Тулпар»
имени Р.С. Хамадеева»
на 2020/2021 тренировочный год

Директор МБУ «ЦРС»

Н.В. Жевлакова



заместитель директора
МАУ «КСШ «Тулпар»
имени Р.С. Хамадеева»

Л.Н. Кузьмина

г. Набережные Челны
2020 г.

Пояснительная записка

Основной деятельностью МАУ «КСШ «Тулпар» имени Р.С. Хамадеева является реализация программ спортивной подготовки по видам спорта конный спорт и спортивный туризм (дистанции на средствах передвижения – конные).

Нормативные документы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 04.12.2007 года № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации";
- закон Республики Татарстан от 08.10.2008 года № 99-ЗРТ «О физической культуре и спорте»;
- Постановление Кабинета Министров Республики Татарстан «Об условиях оплаты труда работников государственных физкультурных организаций, осуществляющих подготовку спортивного резерва в Республики Татарстан» от 25.09.2018 № 853
- «Конвенция о правах ребенка» и другие нормативные акты, касающиеся защиты прав и интересов детей;
- приказ Министерства спорта России от 30.10.2015 года № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;
- приказ Министерства спорта Российской Федерации № 1125 от 27.12.2013 г. «Об утверждении особенностей организации осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области ФК и С»;
- Устав учреждения;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта конный спорт, приказ Министерства спорта РФ № 402 от 18.06.2013г.
- Федеральный стандарт спортивной подготовки «Спортивный туризм», приказ Министерства спорта России № 345 от 16.04.2018 г.
- и другими нормативными актами.

В тренировочный план включена программа спортивно-оздоровительной работы по верховой езде и рассчитана на 52 недели.

Тренировочный процесс на всех этапах подготовки в отделениях по видам спорта проводится в соответствии с годовым тренировочным планом и рассчитан на 52 недели.

Основные формы тренировочного процесса

Основными формами тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- инструкторская и судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Этапы спортивной подготовки

Тренировочный план складывается из преемственно связанных между собой этапов:

- этап начальной подготовки (НП) – 2 года
- тренировочный этап (спортивной специализации) (ТСС) – 5 лет.

Этап начальной подготовки – тренировочный процесс осуществляется в группах НП-1г. - 6 часов недельной нагрузки, НП - 2г. – 9 часов.

Задачами данного этапа являются:

- начальное освоение техники и тактики выбранного вида спорта;
- формирование устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям конным спортом;
- приобщение детей к здоровому образу жизни.

Тренировочный этап (спортивной специализации) - тренировочный процесс осуществляется в группах ТСС до 2 лет с недельной нагрузкой 12-14 часов, и свыше 2 лет – с недельной нагрузкой 16-20 часов.

Характерной чертой этапа является постепенное увеличение количества учебных часов, рост объема и интенсивности физических нагрузок.

Продолжительность занятий, единица измерения времени 1 занятия

Недельный режим тренировочной работы является максимальным и устанавливается в зависимости от специфики вида спорта, периода и задач подготовки.

Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации программ спортивной подготовки, рассчитывается в академических часах (по 45 минут) с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовки занимающихся и не может превышать:

- на спортивно-оздоровительном этапе - 2 часов;

- на этапе начальной подготовки - 2 часов;
- на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - 3 часов.

При проведении более одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не может составлять более 8 академических часов.

Основные виды и содержание спортивной подготовки

1. Физическая подготовка включает:

- Общую физическую подготовку (ОФП), направленную на повышение общей работоспособности;
- Специальную физическую подготовку (СФП), направленную на развитие специальных физических качеств.

Контрольно-нормативные мероприятия, которые проводятся в целях объективного определения перспективности спортсменов и своевременного выявления недостатков в их подготовке. Проводится регулярное тестирование и заносится в протокол.

2. Техническая подготовка включает базовые упражнения, специальные, вспомогательные, характерные для каждого вида спорта.

3. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций.

Тренировочный материал распределяется на весь период обучения, учитывая возраст занимающихся и излагается в доступной для них форме. Может осуществляться в ходе практических занятий и самостоятельно.

4. Самостоятельная работа включает в себя:

- Психологическую подготовку, которая предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.
- Инструкторско-судейскую практику. Одной из задач СШ является подготовка занимающихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи. Решение этих задач осуществляется на тренировочном этапе.
- Соревнования. Проводятся в соответствии с календарем спортивно-массовых мероприятий.
- Медицинское обследование. Проводится вне сетки часов. В задачи контроля входят: диагностики спортивной пригодности ребенка; оценка его перспективности, оказание первой доврачебной помощи.

Объем и содержание тренировочных программ распределены по количеству часов в неделю и представлены в виде таблиц (таблицы прилагаются)

Нормативы объема тренировочного процесса по виду спорта
конный спорт

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет
Количество часов в неделю	4-6	4-9	8-10	8-20
Количество тренировочных занятий в неделю	2-4	2-4	2-6	3-12
Общее количество часов в год	208-312	208-468	416-520	416-1040
Общее количество тренировочных занятий в год	104-208	104-208	104-312	156-624

Продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления на этап спортивной подготовки и количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта по виду спорта

конный спорт

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	1-3	10	6-20
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	3-5	10	4-15

Вид спорта конный спорт

Этапы подготовки		Количество человек		Недельный объем (час)		Минимальный возраст учащихся	Минимальные требования	
		По ФССП	По пост. Каб. мин. РТ	По ФССП	По пост. Каб. мин. РТ		По ФССП	По программе
ГНП	1 г.	6-20	12	4-6	6	10 лет		Шюн
	2 г.		8	4-9	9			
	3 г.		8		9			
ТСС	1 г.	4-15	6	8-10	12	10 лет		Пюн.
	2 г.		6		14			Юн.
	3 г.		6	8-20	16			III
	4 г.		6		18			II
	5 г.		6		20			I

**Нормативы объема тренировочного процесса по виду спорта
спортивный туризм (дистанции на средствах передвижения - конные)**

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До двух лет	Свыше двух лет
Количество часов в неделю	6	9	14	18
Количество тренировочных занятий в неделю	4	5	6	9
Общее количество часов в год	312	468	624	936
Общее количество тренировочных занятий в год	208	260	312	624

**Продолжительность этапов спортивной подготовки, возраст лиц для зачисления на этап спортивной подготовки и количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта по виду спорта
спортивный туризм (дистанции на средствах передвижения - конные)**

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов(в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы(лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	2	10	12
Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	4	12	8

**Вид спорта
спортивный туризм (дистанции на средствах передвижения - конные)**

Этапы подготовки		Количество человек		Недельный объем (час)		Минимальный возраст учащихся	Минимальные требования	
		По ФССП	По пост. Каб. мин. РТ	По ФССП	По пост. Каб. мин. РТ		По ФССП	По программе
ГНП	1 г.	12	15	6	6	10 лет		Шюн
	2 г.		12	9	9			
	3 г.		12		9			
ТСС	1 г.	8	10	12	12	12 лет		Пюн.
	2 г.		10		14			Юн.
	3 г.		10	18	16			III
	4 г.		8		18			II
	5 г.	-	8	-	20			I



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «КСШ «Тулпар»

имени Р.С. Хамадеева»

М.Н. Гилязов

2020 г.

ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
муниципального автономного учреждения города Набережные Челны
«Конноспортивная школа «Тулпар» имени Р.С. Хамадеева»
на 2020 / 2021 тренировочный год
по виду спорта конный спорт (конкур)
по программе спортивной подготовки
в соответствии с федеральным стандартом на 52 недели

Разделы подготовки	Этап начальной подготовки						Тренировочный этап (этап спортивной специализации)											
	НП-1			НП-2			Т(СС)-1			Т(СС)-2			Т(СС)-3			Т(СС)-4		
	ФССП %	факт.%	час	ФССП %	факт.%	час	ФССП %	факт.%	час	ФССП %	факт.%	час	ФССП %	факт.%	час	ФССП %	факт.%	час
Общая физическая подготовка	27-33	27,6	86	17-23	19,2	90	22-28	22,4	140	22-28	22,3	162	17-23	19,5	162	17-23	17,9	168
Специальная физическая подготовка	27-33	27,6	86	27-33	29,9	140	22-28	27,6	172	22-28	27,5	200	22-28	27,2	226	22-28	27,8	260
Техническая подготовка	17-23	22,4	70	27-33	29,9	140	37-43	38,8	242	37-43	38,7	282	37-43	37,7	314	37-43	38,5	360
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	17-23	21,8	68	17-23	20,1	94	7-13	7,1	44	7-13	7,4	54	7-13	7,2	60	7-13	7,3	68
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	0,5-1	0,6	2	0,5-1	0,9	4	4-6	4,2	26	4-6	4,1	30	8-12	8,4	70	8-12	8,5	80
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		100	312		100	468		100	624		100	728		100	832		100	936
Количество часов в неделю			6			9			12			14			16			18



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «КСШ «Тулпар»

имени Р.С. Хаматеева»

М.Н. Гилязов

2020 г.

ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН

муниципального автономного учреждения города Набережные Челны
«Конноспортивная школа «Тулпар» имени Р.С. Хаматеева»
на 2020 / 2021 тренировочный год
по виду спорта конный спорт (выездка)
по программе спортивной подготовки
в соответствии с федеральным стандартом на 52 недели

Разделы подготовки	Этап начальной подготовки						Тренировочный этап (этап спортивной специализации)											
	НП-1			НП-2			Т(СС)-1			Т(СС)-2			Т(СС)-3			Т(СС)-4		
	ФССП %	факт. %	час	ФССП %	факт. %	час	ФССП %	факт. %	час	ФССП %	факт. %	час	ФССП %	факт. %	час	ФССП %	факт. %	час
Общая физическая подготовка	27-33	27,6	86	17-23	19,2	90	17-23	22,4	140	17-23	22,3	162	15-21	19,5	162	15-21	17,9	168
Специальная физическая подготовка	27-33	27,6	86	27-33	29,9	140	27-33	27,6	172	27-33	27,5	200	27-33	27,2	226	27-33	27,8	260
Техническая подготовка	17-23	22,4	70	27-33	29,9	140	37-43	38,8	242	37-43	38,7	282	37-43	37,7	314	37-43	38,5	360
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	17-23	21,8	68	17-23	20,1	94	7-13	7,1	44	7-13	7,4	54	7-13	7,2	60	7-13	7,3	68
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	0,5-1	0,6	2	0,5-1	0,9	4	4-6	4,2	26	4-6	4,1	30	8-12	8,4	70	8-12	8,5	80
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		100	312		100	468		100	624		100	728		100	832		100	936
Количество часов в неделю			6			9			12			14			16			18



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «КСШ «Тулпар»

имени Р.С. Хамадеева»

М.Н. Гилязов

2020 г.

ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН

муниципального автономного учреждения города Набережные Челны

«Конноспортивная школа «Тулпар» имени Р.С. Хамадеева»

на 2020 / 2021 тренировочный год

по виду спорта спортивный туризм

(дистанции на средствах передвижения - конные)

по программе спортивной подготовки

в соответствии с федеральным стандартом на 52 недели

Разделы подготовки	Этап начальной подготовки						Тренировочный этап (этап спортивной специализации)					
	НП-1			НП-2			Т(СС)-1			Т(СС)-2		
	ФССП %	факт, %	час	ФССП %	факт, %	час	ФССП %	факт, %	час	ФССП %	факт, %	час
Общая физическая подготовка	44-57	46,2	144	44-57	44,0	206	40-52	40,1	250	27-35	27,2	198
Специальная физическая подготовка	9-11	10,9	34	9-11	10,7	50	16-20	19,9	124	29-41	34,3	250
Техническая подготовка	24-31	30,8	96	26-34	33,8	158	20-26	26,0	162	17-23	22,8	166
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	6-8	8,0	25	4-6	6,0	28	6-8	8,0	50	7-8	7,4	54
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	4-6	4,2	13	4-6	5,6	26	6-8	6,1	38	8-10	8,2	60
Общее количество часов		100	312		100	468		100	624		100	728
Количество часов в неделю			6			9			12			14



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «КСШ «Тулпар»
имени Р.С. Хамадеева»
М.Н. Гилязов

2020 г.

**ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ГРУПП
ПО ВЕРХОВОЙ ЕЗДЕ**

муниципального автономного учреждения города Набережные Челны
«Конноспортивная школа «Тулпар» имени Р.С. Хамадеева»
на 2020 / 2021 тренировочный год

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Специальная физическая подготовка	36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Техническая подготовка	100	8	8	8	8	8	8	8	8	9	9	9	9
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Общее количество часов	208	17	17	17	17	17	17	17	17	18	18	18	18
Количество часов в неделю	4												

**План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по конному спорту
на этапе начальной подготовки 1 г.о.**

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	86	8	8	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
Специальная физическая подготовка	86	8	8	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
Техническая подготовка	70	5	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	68	5	5	6	6	6	6	6	6	6	5	5	6
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	2										1	1	
Общее количество часов	312	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26

Заместитель директора  Л.Н. Кузьмина

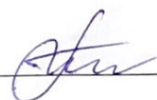
Handwritten calculation:

$$\frac{312}{12} = 26$$

**План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по конному спорту
на этапе начальной подготовки 2 г.о.**

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	90	8	8	8	8	8	8	8	8	8	6	6	6
Специальная физическая подготовка	140	11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12
Техническая подготовка	140	11	11	11	11	11	11	11	11	11	13	14	14
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	94	9	9	9	9	8	8	8	8	7	7	6	6
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	4									1	1	1	1
Общее количество часов	468	39	39	39	39	39	39	39	39	39	39	39	39

Заместитель директора



Л.Н. Кузьмина

**План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по конному спорту
на тренировочном этапе 1 г.о.**

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	140	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	10	10
Специальная физическая подготовка	172	14	14	14	14	14	14	14	14	15	15	15	15
Техническая подготовка	242	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	21	21
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	44	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
Общее количество часов	624	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52

Заместитель директора



Л.Н. Кузьмина

**План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по конному спорту
на тренировочном этапе 2 г.о.**

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	162	14	14	14	14	14	14	13	13	13	13	13	13
Специальная физическая подготовка	200	16	16	16	16	16	18	18	18	18	16	16	16
Техническая подготовка	282	24	24	24	24	24	18	24	24	24	24	24	24
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	54	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4
Участие в соревнованиях, тренировочная и судейская практика	30	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4
Общее количество часов	728	61	61	61	61	61	57	61	61	61	61	61	61

Заместитель директора



Л.Н. Кузьмина

**План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по конному спорту
на тренировочном этапе 3 г.о.**

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	162	14	14	14	14	14	14	13	13	13	13	13	13
Специальная физическая подготовка	226	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	18	18
Техническая подготовка	314	25	26	26	26	26	26	27	27	27	26	26	26
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	70	6	5	5	5	5	5	5	5	6	7	8	8
Общее количество часов	832	69	69	69	69	69	69	69	69	70	70	70	70

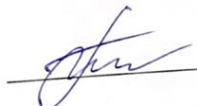
Заместитель директора



Л.Н. Кузьмина

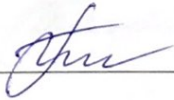
**План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по конному спорту
на тренировочном этапе 4 г.о.**

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	168	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
Специальная физическая подготовка	260	22	22	22	22	22	22	22	22	21	21	21	21
Техническая подготовка	360	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	68	6	6	6	6	6	6	6	6	5	5	5	5
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	80	6	6	6	6	6	6	6	6	8	8	8	8
Общее количество часов	936	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78	78

Заместитель директора  Л.Н. Кузьмина

План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по спортивному туризму
(дистанции на средствах передвижения - конные)
на этапе начальной подготовки 1 г.о.

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	144	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
Специальная физическая подготовка	34	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Техническая подготовка	96	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	25	4	4	3	3	3	3	3	1	1			
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	13								2	2	3	3	3
Общее количество часов	312	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26	26

Заместитель директора  Л.Н. Кузьмина

План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по спортивному туризму
(дистанции на средствах передвижения - конные)
на этапе начальной подготовки 2 г.о.

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	206	18	18	18	18	18	18	18	18	16	16	15	15
Специальная физическая подготовка	50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5
Техническая подготовка	158	12	12	12	12	12	12	12	12	14	16	16	16
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1		
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	26	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
Общее количество часов	468	39	39	39	39	39	39	39	39	39	39	39	39

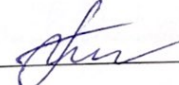
Заместитель директора _____



Л.Н. Кузьмина

План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по спортивному туризму
(дистанции на средствах передвижения - конные)
на тренировочном этапе 1 г.о.

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	250	22	22	22	22	22	20	20	20	20	20	20	20
Специальная физическая подготовка	124	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	12	12
Техническая подготовка	162	12	12	12	12	12	14	14	14	14	14	16	16
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	50	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4
Общее количество часов	624	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52

Заместитель директора  Л.Н. Кузьмина

План-график
распределения часов тренировочной нагрузки по спортивному туризму
(дистанции на средствах передвижения - конные)
на тренировочном этапе 2 г.о.

Виды (разделы) спортивной подготовки (по ФССП)	Всего часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
Общая физическая подготовка	198	17	17	17	17	17	15	17	17	16	16	16	16
Специальная физическая подготовка	250	20	20	20	20	20	20	20	20	21	21	24	24
Техническая подготовка	166	14	14	14	14	14	12	14	14	14	14	14	14
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	54	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Общее количество часов	728	61	61	61	61	61	57	61	61	61	61	61	61

Заместитель директора _____ Л.Н. Кузьмина

Прошнуровано, пронумеровано
и скреплено печатью
до (сдвигать)
листов

Директор _____ М.Н. Гилязов

