ОБЛАСТНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ФЕХТОВАНИЮ ИМЕНИ И.М. МАВЛЮТОВА»

Утверждено: ОБУ ДО «СШОР по фехтованию имени И.М. Мавлютова» приказ № 01-09-1 от 05.06.2023 г.

Директор: А.Г. Ахметталеев

ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН ОБУ ДО «СШОР ПО ФЕХТОВАНИЮ ИМЕНИ И.М. МАВЛЮТОВА»

на 2023 год

Годовой план спортивной подтотовки отделения фехтования

CIMITA	3					1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1	у 1			0011	
					I	Год спортивной подготовки	ивной пс	дготовки			A STATE OF THE STA
	Pe3	1	2	3		До 3-х лет		Свыше	Свыше 3-х лет	Ee3	De3
Содержание	огран					2	3	4	5	ограничений	ограничений
	ичени й										
Возраст лиц для зачисления на	7	8	&	8		2, 2 2, 2 2, 2 1		1		13	41
этапы спортивной подготовки									THE PERSON NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TWO IS NOT THE PERSON NAMED IN COLUMN TRANSPORT NAMED IN COLUMN TRANSPO		-
Количество максимального объема т	тренировочной нагру	зочной 1	нагрузки:	и:							
Количество (астрономических)	4,5	4,5	9	9	6	6	10	12	12	18	24
часов в неделю											,
Количество тренировок в неделю	 რ	3	4	4	S	2	5.	9	9	10	
Количество часов в год	216	234	312	312	468	468	520	624	624	936	1248
Количество гренировок в год	144	156	208	208	260	260	260	312	312	520	572
Виды спортивной иодготовки				a de la companya de l					L. L		
Общая физическая подготовка	. 65	46	20	20	61	- 19	29	09	09	56	46
Специальная физическая	43	30	32	32	40	40	47	42	42	36	44
подготовка											
Участие в спортивных	Подви	 	9	9	13	13	16	32	32	74	124
соревнованиях, инструкторская и судейская практика	жные игры 86						,,,				
Технико-тактическая подготовка	3 .	117	187	187	306	306	337	415	415	640	088
Теоретическая и психологическая	22	24	18	18	26	26	26	31	31	09	20
подготовка											
Инструкторская и судейская		 2	Ö	<u></u>	10	10	15	20	20	30	40
практика											
Медицинские, медико-	14	2	7	<u></u>	12	12	12	20	20	40	44
биологические,											
восстановительные мероприятия,				18 18 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1							
гестирование и контроль									7 87	780	GP C F
Ecero uacon:	216	234	66	64, A	₩ ₩	05.50 10.50	570	£7.7			277

Примечание: установленные в таблице объемы учебно-тренировочной нагрузки являются максимальными.

Годовой нлан спортивной подготовки отделения спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, дисциплина- фехтование на колясках

			T		+	T		- 1		T		T			-							Ţ	1					1
BCM		Без ограничений					7				77		21-0	1248	312-624	Acceptance of the control of the con	124	340	313	50	70	80	66	09	112		0)/4	0471
M		Свыше	10Да		ограничени	Ň	13				16-20		5-10	936	260-520	-	112	216	280	36	52	46	56	42	99		760	930
CCM	подготовки	До года			ограничений		13				16		5-10	832	260-520		100	192	235	30	50	41	49	40	90			832
yT	Год спортивной подготовки	Свыше	года	(es3	ограничени	й					12-14		2-8	624	260-416		82	100	188	18	26	<u>2</u> 40	24	20	25			312 520 524 832
1	L	До года		663	ограничени	Ж	11	-			10		4	520	208		89	84	156	10	20	26	14	16	20	V. 1 MAY - 5 V		520
		Свыше	года	. 6e3	ограничен	ий	8			узки:	6		7	312	208		48	30	112	~	12	18		2	9			312
		До года		6e3	ограничени	, ,	8			овочной нагр	9		3	234	144		40	36	06	9		16	9-0	0	4	w 10 1 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1		234%
							пиц для	ртивной		бъема тренир	ких) часов в		в неделю	ГОЛ	К В ГОЛ	<u> </u>	готовка	6/14/OHOUT OF	IIO/II O I OBNA	Opina	ODING	TORKA	евнованиях	за практика	логические,	эприятия,	гроль	
Этапкі	Tarin			Содержание			Минимальный возраст лиц для	зачисления на этапы спортивной	подготовки	ксимального с	Количество (астрономических) часов в	неделю	Копичество тренировок в неделю	Копичество часов в гол	Количество тренировок в год	TOM TO TROTOBE	Общая физическая подготовка	To Control of the Con	Специальная физическая подготовка	Terrimeared noundtobka	Taking consumers of home of the second	Tacheruneckag HO IPOTOBKA	O AL HIGHLAND	у частие в спортивных сорсыных 14-гольных	Инструкторокая и судокоми применей.	восстановительные мероприятия,	тестирование и контроль	Всего часов:
							Минимал	зачисления		Количество максимального объема тренировочной нагрузки:	Количество (а		Количеств	Копи	Копичес	Daniel of Contraction of the Con	овды спортив Общая ф		Специальна	Toront	Tomoun	Teoper	Versonno n on	Участие в сп	Мелипински	восстанов	тести	
2										2 K	_		22	2.0	2.7 V C	╁	3.1	0	2.5	5.5	4.0	3.5	0.0	3.7	3.8	;		5,74 S

Примечание: установленные в таблице объемы тренировочной нагрузки являются максимальными.