ПЛАН-ГРАФИК

распределения учебных часов групп **НП-1** отделения **ФЕХТОВАНИЯ**

Разделы подготовки	Всего	М е с я ц ы											
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1. Общая физическая подготовка	80	7	7	7	7	6	6	6	6	7	7	7	7
2. Специальная физическая подготовка	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3. Технико-тактическая подготовка	162	13	14	14	14	13	13	13	13	13	14	14	14
4. Приемные и переводные нормативы	4												4
5. Инструкторская и судейская практика	-												
6. Восстановительные мероприятия	-												
7. Участие в соревнованиях (кол-во стартов\кол-во часов)	1\6				6								
Итого:	**312**	**25**	**26**	**26**	**32**	**24**	**24**	**24**	**24**	**25**	**26**	**26**	**30**
8. Психологическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований												
9. Теоретическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса, соревнований, инструкторской и судейской практики												
10. Медицинские обследования			+										

ПЛАН-ГРАФИК

распределения учебных часов групп **НП-2** отделения **ФЕХТОВАНИЯ**

Разделы подготовки	Всего	М е с я ц ы											
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1. Общая физическая подготовка	92	7	8	7	8	7	8	8	8	7	8	8	8
2. Специальная физическая подготовка	74	6	6	7	6	6	6	6	6	6	6	6	7
3. Технико-тактическая подготовка	286	24	24	24	24	24	23	23	24	24	24	24	24
4. Приемные и переводные нормативы	4												4
5. Инструкторская и судейская практика													
6. Восстановительные мероприятия													
7. Участие в соревнованиях (кол-во стартов\кол-во часов)	2\12				6						6		
Итого:	**468**	**37**	**38**	**38**	**44**	**37**	**37**	**37**	**38**	**37**	**44**	**38**	**43**
8. Психологическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований												
9. Теоретическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса, соревнований, инструкторской и судейской практики												
10. Медицинские обследования			+										

ПЛАН-ГРАФИК

распределения учебных часов групп **УТ-1** отделения **ФЕХТОВАНИЯ**

Разделы подготовки	Всего	М е с я ц ы											
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1. Общая физическая подготовка	110	9	9	9	9	9	10	10	9	9	9	9	9
2. Специальная физическая подготовка	90	7	7	7	8	8	8	8	8	8	7	7	7
3. Технико-тактическая подготовка	334	28	28	28	28	28	27	27	28	28	28	28	28
4. Приемные и переводные нормативы	4												4
5. Инструкторская и судейская практика	10	1	1	1	1	1			1	1	1	1	1
6. Восстановительные мероприятия	20	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1
7. Участие в соревнованиях (кол-во стартов\кол-во часов)	7\56	8	8		8	8				8	8	8	
Итого:	**624**	**54**	**55**	**47**	**56**	**56**	**47**	**47**	**48**	**55**	**55**	**54**	**50**
8. Психологическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований												
9. Теоретическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса, соревнований, инструкторской и судейской практики												
10. Медицинские обследования			+										

ПЛАН-ГРАФИК

распределения учебных часов групп **УТ-2** отделения **ФЕХТОВАНИЯ**

Разделы подготовки	Всего	М е с я ц ы											
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1. Общая физическая подготовка	95	8	8	8	8	8	8	8	8	7	8	8	8
2. Специальная физическая подготовка	75	7	6	6	6	6	6	6	6	6	6	7	7
3. Технико-тактическая подготовка	352	29	30	30	29	29	29	29	29	29	29	30	30
4. Приемные и переводные нормативы	6											3	3
5. Инструкторская и судейская практика	10	1	1	1	1	1			1	1	1	1	1
6. Восстановительные мероприятия	30	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
7. Участие в соревнованиях (кол-во стартов\кол-во часов)	7\56	8	8	8	8						8	8	8
Итого:	**624**	**55**	**56**	**55**	**55**	**46**	**46**	**45**	**47**	**45**	**55**	**59**	**60**
8. Психологическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований												
9. Теоретическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса, соревнований, инструкторской и судейской практики												
10. Медицинские обследования			+										

ПЛАН-ГРАФИК

распределения учебных часов групп **УТ-3** отделения **ФЕХТОВАНИЯ**

Разделы подготовки	Всего	М е с я ц ы											
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1. Общая физическая подготовка	150	13	13	13	12	12	13	13	13	12	12	12	12
2. Специальная физическая подготовка	130	11	11	11	11	11	10	10	11	11	11	11	11
3. Технико-тактическая подготовка	518	43	43	43	43	44	43	43	43	43	43	43	44
4. Приемные и переводные нормативы	6											3	3
5. Инструкторская и судейская практика	10	1	1	1	1	1			1	1	1	1	1
6. Восстановительные мероприятия	50	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5
7. Участие в соревнованиях (кол-во стартов\кол-во часов)	9\72	8	8	8	8	8				8	8	8	8
Итого:	**936**	**80**	**80**	**80**	**79**	**81**	**70**	**70**	**72**	**79**	**79**	**82**	**84**
8. Психологическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований												
9. Теоретическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса, соревнований, инструкторской и судейской практики												
10. Медицинские обследования			+										

ПЛАН-ГРАФИК

распределения учебных часов групп **УТ-4** отделения **ФЕХТОВАНИЯ**

Разделы подготовки	Всего	М е с я ц ы											
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1. Общая физическая подготовка	130	11	11	11	11	10	11	11	11	11	11	11	10
2. Специальная физическая подготовка	110	9	9	10	9	9	9	9	9	9	10	9	9
3. Технико-тактическая подготовка	530	44	44	45	44	44	44	44	44	44	44	45	44
4. Приемные и переводные нормативы	6											3	3
5. Инструкторская и судейская практика	20	2	2	2	2	2			2	2	2	2	2
6. Восстановительные мероприятия	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7. Участие в соревнованиях (кол-во стартов\кол-во часов)	10\80	8	8	8	8	8			8	8	8	8	8
Итого:	**936**	**79**	**79**	**81**	**79**	**78**	**69**	**69**	**79**	**79**	**80**	**83**	**81**
8. Психологическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований												
9. Теоретическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса, соревнований, инструкторской и судейской практики												
10. Медицинские обследования			+										

ПЛАН-ГРАФИК

распределения учебных часов групп **УТ-5** отделения **ФЕХТОВАНИЯ**

Разделы подготовки	Всего	М е с я ц ы											
		январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь
1. Общая физическая подготовка	120	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
2. Специальная физическая подготовка	120	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
3. Технико-тактическая подготовка	530	44	44	45	44	44	44	44	44	44	44	45	44
4. Приемные и переводные нормативы	6											3	3
5. Инструкторская и судейская практика	20	2	2	2	2	2			2	2	2	2	2
6. Восстановительные мероприятия	60	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
7. Участие в соревнованиях (кол-во стартов\кол-во часов)	10\80	8	8	8	8	8			8	8	8	8	8
Итого:	**936**	**79**	**79**	**80**	**79**	**79**	**69**	**69**	**79**	**79**	**79**	**83**	**82**
8. Психологическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса и соревнований												
9. Теоретическая подготовка	В ходе учебно-тренировочного процесса, соревнований, инструкторской и судейской практики												
10. Медицинские обследования			+										