

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА СУРДЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА
(МБУДО СШСР)**

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора МБУДО СШСР
_____ Ю.В. Козлова
Приказ от 13.08.2024 № 29 – од

Годовой учебно-тренировочный план для спортивно-оздоровительных групп
(спортивно-оздоровительный этап) по виду спорта «плавание спорт глухих» АФКиС
МБУДО СШСР на 2024-2025 учебный год

Виды спортивной подготовки	Кол-во часов на подготовку	Объем спортивной подготовки (%)
<i>Продолжительность в годах</i>		<i>1 год</i>
<i>Недельная нагрузка, час.</i>		<i>4</i>
Теоретическая подготовка	22	11
ОФП и СФП	82	40
Избранный вид спорта: плавание	42	20
Технико-тактическая и психологическая подготовка	20	9
Другие виды спорта и подвижные игры	22	11
Самостоятельная работа	20	9
ИТОГО часов в год	208	100
Количество тренировок в неделю		2
Количество тренировок в год		104

Заместитель директора по спортивной работе

Ю.В. Козлова