

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

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
МБУДО СШСР
(протокол от 01.10.2025 № 8)

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБУДО СШСР
от 01.10.2025 № 43 – од
И.о. директора  Ю.В. Козлова



Подписано:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
СУРДЛИМПИЙСКОГО
РЕЗЕРВА
ОИ, с/м: МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
СУРДЛИМПИЙСКОГО
РЕЗЕРВА, с/и: Ю.
с: МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
СУРДЛИМПИЙСКОГО
РЕЗЕРВА.
email: 6668902@mail.ru
Дата: 2025.10.01 10:23:29
0300

**ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ по виду спорта
«плавание» МБУДО СШСР на 2025 – 2026 учебный год**

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки					
		НП		УТ		ССМ	ВСМ
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
1.	Общая физическая подготовка	55-57	50-53	43-46	32-35	18-22	11-15
2.	Специальная физическая подготовка	18-21	23-25	26-29	30-34	40-45	42-50
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	1-2	2-4	10-12	12-14	14-16
4.	Техническая подготовка	16-19	16-19	16-20	18-22	18-22	18-22
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая	3-6	3-6	3-9	3-12	3-13	3-14
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-	1-3	2-4	2-4	2-4
7.	Медицинские, медико- биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1-3	1-3	2-4	2-4	4-6	8-10

Зам. директора по спортивной работе

Ю.В. Козлова