

Утверждаю  
Директор ГОАУ ДО

«СШ «Спорт-индустрия»

И.Ю. Тимофеев

« 26 » августа 2024 г.



**Годовой учебно-тренировочный план  
учебно-тренировочных занятий отдела по фигурному катанию на коньках ГОАУ ДО «СШ «Спорт-индустрия»  
на 2024-2025 учебный год по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта  
«фигурное катание на коньках»**

№ п/ п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки							
		Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап				
		1 г.	2 г.	3 г.	1 г.	3 г.	4 г.	5 г.	6 г.
1.	Общая физическая подготовка	52	104	104	104	104	104	104	104
2.	Специальная физическая подготовка	52	104	104	156	156	156	156	156
3.	Хореографическая подготовка	104	104	104	156	156	208	208	208
4.	Техническая подготовка	156	208	260	312	468	572	572	572
<i>в том числе</i>									
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	+	+	+	+	+	+	+	+
6.	Контрольно-переводное тестирование (кол-во)	1	1	1	1	1	1	1	1
7.	Инструкторская и судейская практика					+	+	+	+
8.	Участие в спортивных соревнованиях	2	4	4	3	3	5	5	5
<b>Общее количество часов</b>		<b>364</b>	<b>520</b>	<b>572</b>	<b>728</b>	<b>884</b>	<b>1040</b>	<b>1040</b>	<b>1040</b>