

"Утверждаю"  
Директор МБУДО "СШОР "Фаворит"

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
Лилейко А.С.  
2025 г.

УЧЕБНЫЕ ПЛАН НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

Отделение "Хоккей на траве"

| №                        | содержание занятий       | Кол-во часов | сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль   | август |
|--------------------------|--------------------------|--------------|----------|---------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|------|--------|--------|
| 1                        | Теоретические занятия    | 144          | 14       | 15      | 14     | 10      | 10     | 10      | 10   | 9      | 12  | 20   |        | 20     |
| 2                        | ОФП                      | 99           | 11       | 7       | 5      | 6       | 5      | 6       | 6    | 6      | 7   | 9    | 20     | 11     |
| 3                        | СФП                      | 108          | 9        | 11      | 9      | 9       | 9      | 8       | 8    | 6      | 9   | 9    | 12     | 9      |
| 4                        | Техническая подготовка   | 174          | 18       | 13      | 12     | 17      | 13     | 7       | 8    | 11     | 13  | 23   | 18     | 21     |
| 5                        | Тактическая подготовка   | 87           | 9        | 7       | 13     | 10      | 9      | 6       | 7    | 11     | 9   | 3    |        | 3      |
| 6                        | Тренировочные игры       | 30           | 2        | 5       | 5      | 5       | 2      | 2       | 2    | 2      | 3   |      | 2      |        |
| 7                        | Участие в соревнованиях  | 74           |          | 10      | 9      | 8       | 10     | 9       | 10   | 8      | 10  |      |        |        |
| 8                        | Контрольные нормативы    | 6            |          | 3       |        |         |        |         |      | 3      |     |      |        |        |
| 9                        | Медицинское обследование | 6            | 3        |         |        |         |        |         | 3    |        |     |      |        |        |
|                          | Итого:                   | 728          | 66       | 71      | 67     | 65      | 58     | 48      | 54   | 56     | 63  | 64   | 52     | 64     |
| Учебный план УТГ - 3,4,5 |                          |              |          |         |        |         |        |         |      |        |     |      | отпуск |        |

| № | содержание занятий     | Кол-во часов | сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль | август |
|---|------------------------|--------------|----------|---------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|------|------|--------|
| 1 | Теоретические занятия  | 116          | 9        | 13      | 12     | 14      | 10     | 10      | 13   | 9      | 12  | 14   |      |        |
| 2 | ОФП                    | 94           | 7        | 5       | 3      | 5       | 7      | 6       | 5    | 3      | 3   | 6    | 22   | 22     |
| 3 | СФП                    | 73           | 7        | 6       | 5      | 8       | 5      | 6       | 6    | 4      | 4   | 4    | 9    | 9      |
| 4 | Техническая подготовка | 125          | 10       | 12      | 10     | 10      | 10     | 12      | 12   | 10     | 9   | 10   | 10   | 10     |
| 5 | Тактическая подготовка | 52           | 8        | 3       | 6      | 2       | 4      | 2       | 2    | 10     | 7   | 8    |      |        |
| 6 | Тренировочные игры     | 20           |          | 4       | 2      |         |        | 2       | 1    | 2      | 3   |      | 3    | 3      |

|                        |                          |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |        |    |
|------------------------|--------------------------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|----|
| 7                      | Участие в соревнованиях  | 28  |    |    | 4  | 3  | 4  | 4  | 4  | 5  | 4  |    |        |    |
| 8                      | Контрольные нормативы    | 6   |    | 3  |    |    |    |    |    | 3  |    |    |        |    |
| 9                      | Медицинское обследование | 6   | 3  |    |    |    |    |    | 3  |    |    |    |        |    |
|                        | Итого:                   | 520 | 44 | 46 | 42 | 42 | 40 | 42 | 46 | 46 | 42 | 42 | 44     | 44 |
| Учебный план УТГ - 1,2 |                          |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | отпуск |    |

| №                     | содержание занятий       | Кол-во часов | сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль             | август |
|-----------------------|--------------------------|--------------|----------|---------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|------|------------------|--------|
| 1                     | Теоретические занятия    | 34           | 2        | 4       | 3      | 3       | 4      | 4       | 4    | 2      | 4   | 4    |                  |        |
| 2                     | ОФП                      | 88           | 6        | 6       | 6      | 5       | 6      | 6       | 6    | 6      | 6   | 5    | 15               | 15     |
| 3                     | СФП                      | 35           | 3        | 3       | 3      | 3       | 3      | 2       | 3    | 3      | 3   | 3    | 3                | 3      |
| 4                     | Техническая подготовка   | 69           | 9        | 5       | 3      | 5       | 4      | 5       | 5    | 5      | 5   | 9    | 7                | 7      |
| 5                     | Тактическая подготовка   | 47           | 6        | 6       | 3      | 4       | 3      | 5       | 6    | 6      | 3   | 5    |                  |        |
| 6                     | Тренировочные игры       | 21           |          | 2       | 2      | 2       | 2      | 2       | 2    | 2      | 3   |      | 2                | 2      |
| 7                     | Участие в соревнованиях  | 10           |          | 2       | 2      | 2       |        |         | 2    | 2      |     |      |                  |        |
| 8                     | Контрольные нормативы    | 4            |          |         | 2      |         |        |         |      |        | 2   |      |                  |        |
| 9                     | Медицинское обследование | 4            | 2        |         |        |         |        |         |      | 2      |     |      |                  |        |
|                       | Итого:                   | 312          | 28       | 28      | 24     | 24      | 22     | 24      | 28   | 28     | 26  | 26   | 27               | 27     |
| Учебный план НП - 2,3 |                          |              |          |         |        |         |        |         |      |        |     |      | отпуск-самоподг. |        |

| № | содержание занятий      | Кол-во часов | сентябрь | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | июнь | июль | август |
|---|-------------------------|--------------|----------|---------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|------|------|--------|
| 1 | Теоретические занятия   | 21           | 5        |         | 3      |         | 1      | 2       | 3    |        |     | 3    | 3    |        |
| 2 | ОФП                     | 65           | 4        | 6       | 3      | 5       | 4      | 4       | 4    | 6      | 4   | 5    | 11   | 10     |
| 3 | СФП                     | 26           | 4        | 4       | 2      | 2       | 2      | 2       | 2    | 2      | 2   | 2    |      | 6      |
| 4 | Техническая подготовка  | 60           | 6        | 6       | 6      | 6       | 6      | 6       | 6    | 6      | 6   | 6    |      |        |
| 5 | Тактическая подготовка  | 28           | 1        | 2       | 2      | 4       | 2      | 4       | 2    | 2      | 2   | 4    |      | 3      |
| 6 | Тренировочные игры      | 21           |          | 2       | 2      | 2       | 2      | 2       | 2    | 2      | 2   | 1    | 2    | 2      |
| 7 | Участие в соревнованиях | 5            |          | 1       |        | 1       | 1      |         | 1    | 1      |     |      |      |        |

|                     |                          |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |                  |    |
|---------------------|--------------------------|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------------------|----|
| 8                   | Контрольные нормативы    | 4   |    |    | 2  |    |    |    |    |    | 2  |    |                  |    |
| 9                   | Медицинское обследование | 4   | 2  |    |    |    |    |    |    | 2  |    |    |                  |    |
|                     | Итого:                   | 234 | 22 | 21 | 20 | 20 | 18 | 20 | 20 | 21 | 18 | 22 | 15               | 21 |
| Учебный план НП - 1 |                          |     |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | отпуск-самоподг. |    |