

"Утверждаю"
Директор МБУДО "СШОР "Фаворит"

Лилейко А.С.

2025 г.

УЧЕБНЫЕ ПЛАН НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

Отделение "Лыжное двоеборье"

№	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	Контрольные соревнования	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	Контрольные соревнования	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.	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ "СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА
"ФАВОРИТ"**, Лилейко Андрей Сергеевич, Директор

09.07.25 14:36 (MSK)

Сертификат FEBFB5B2941F46BBC8DA01CDC244C06D