

ФУТБОЛ								
Спортивно-оздоровительный этап	1 год	3					126	630
		6					252 252	
ХОККЕЙ								
Спортивно-оздоровительный этап	1 год	3					126	630
		6					252 252	
БОКС								
Спортивно-оздоровительный этап	1 год	3					126	378
		6					252	
ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИНАСТИКА								
Спортивно-оздоровительный этап	1 год	3					126	126
ДЗЮДО								
		6					252 252	504
Всего часов по программам								3906 часов

ПЛАВАНИЕ	Сроки реализации		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Годовая тренировочна я нагрузка	Всего часов по программе
Начальная подготовка	До 2-х лет		6					252	588
				8				336	
Тренировочный 1-2 год обучения (начальная специализация).	До 5-ти лет	До 2-х лет	10					420	3780
				12				504 504	
До 3-х лет				14				588	
						14		588 588	
						14	588		
Тренировочный 3-5 г. обучения (углубленная специализация).									
<u>Всего часов</u>								<u>4368</u>	

ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ	Сроки реализации		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Годовая тренировочна я нагрузка	Всего часов по программе
Начальная подготовка	от 1 года и свыше		-						336
			-	1				336	
			-						
Тренировочный 1-2 год обучения (начальная специализация).	До 5-ти лет	До 2-х лет	-						2352
Тренировочный 3-5 г. обучения (углубленная специализация).	До 5-ти лет	До 3-х лет			14			588	
								588	
							14	588	
								588	
<u>Всего часов</u>								<u>2688</u>	

ФУТБОЛ	Сроки реализации		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Годовая тренировочная нагрузка	Всего часов по программе
	Начальная подготовка	До 2-х лет			8				336
							336		
Тренировочный 1-2 год обучения (начальная специализация).	До 5-ти лет	До 2-х лет	-	-					1092
				12				504	
До 3-х лет		-							
Тренировочный 3-5 г. обучения (углубленная специализация).						14	588		
<u>Всего часов</u>								<u>1764</u>	

ХОККЕЙ	Сроки реализации		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Годовая тренировочная нагрузка	Всего часов по программе	
	Начальная подготовка	До 2-х лет		-						
Тренировочный 1-2 год обучения (начальная специализация).	До 5-ти лет	До 2-х лет		12				504 504		
			До 3-х лет			-				
Тренировочный 3-5 г. обучения (углубленная специализация).		До 3-х лет						14	588	
							-			
<u>Всего часов</u>									<u>1596</u>	

БОКС	Сроки реализации		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Годовая тренировочная нагрузка	Всего часов по программе
Начальная подготовка	До 3-х лет		-						
				-					
Тренировочный 1-2 год обучения (начальная специализация).	До 7-ми лет	До 2-х лет	10					420	2100
				12				504	
Тренировочный 3-5 г. обучения (углубленная специализация).		До 3-х лет			14			588	
						-			
							14	588	
Совершенствования спортивного мастерства	До 2-х лет								
<u>Всего часов</u>								<u>2100</u>	

ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА	Сроки реализации		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Годовая тренировочна я нагрузка	Всего часов по программе
Начальная подготовка	До 3-х лет			8				336	336
Тренировочный 1-2 год обучения (начальная специализация).	До 5-ти лет	До 2-х лет	10					420	1008
				-					
Тренировочный 3-5 г. обучения (углубленная специализация).		До 3-х лет			-				
						14		588	
<u>Всего часов</u>								<u>1344</u>	

ДЗЮДО	Сроки реализации		1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	Годовая тренировочная нагрузка	Всего часов
Начальная подготовка	До 2-х лет		-						-
				-					
Тренировочный 1-2 год обучения (начальная специализация).	До 5-ти лет	До 2-х лет						588	
			-	-					
До 3-х лет				1			588		
					-				
<u>Всего часов</u>								<u>588</u>	
ИТОГО часов по предпрофессиональным программам									<u>18312</u>

Заместитель директора по УВР МБОУ «ДЮСШ №1 г. Сегежи»:

Т.А. Рабко