

Утверждено на тренерском совете
 Протокол № 6
 от "15" 09 2023 г.

Утверждаю:
 Директор МАУДО СШ "Юность"
А.Д.Шиндяев


УЧЕБНЫЙ ПЛАН
 отделение: пауэрлифтинг
 на 2023 - 2024 учебный год

Этап спортивной подготовки	Наполняемость групп мин./макс.	Возраст учащихся для зачисления в школу	Максимальный объем тр. работы. Час. в неделю	Кол-во недель в годичном цикле	Кол-во часов в год	Минимальные требования по спортивной подготовке на начало	ГРУПП				Вакансия	
							план		факт		групп	часов
							групп	часов	групп	часов		
НП-1	8	10 лет	4.5-6	52	234-312	Выполнение нормативов по ОФП, СФП	1	4,5	1	4,5		
НП-2	8	10 лет	6-8	52	312-416	Выполнение нормативов по ОФП, СФП						
УТЭ-1	6	12 лет	10-14	52	520-728	Выполнение нормативов по ОФП, СФП						
УТЭ-2	6	12 лет	10-14	52	520-728	Выполнение нормативов по ОФП, СФП						
УТЭ-3	6	12 лет	10-14	52	520-728	Выполнение нормативов по ОФП, СФП						
УТЭ-4	6	12 лет	14-18	52	728-936	Выполнение нормативов по ОФП, СФП	1	16	1	16		
ЭССМ	3	14 лет	20-24	52	1040-1248	кмс						
ЭВСМ	3	14 лет	24-32	52	1248-1664	кмс, мс						
Итого:							2	20,5	2	20,5		

Зам. директора по СП Буфетова И.В. Буфетова