

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

ПРИКАЗ

16.12.2025

№ 854-осн

г.Краснодар

**Об утверждении примерного годового
учебно-тренировочного плана на 2026 год**

В соответствии с дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по видам спорта «бокс» и «спортивная борьба» Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», утвержденными решением Ученого совета университета от 30 октября 2024 года, протокол №12 приказываю:

1. Утвердить примерный годовой учебно-тренировочный план для реализации дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по видам спорта «бокс» и «спортивная борьба» на 2026 год согласно приложениям №№1-6.

2. Контроль исполнения приказа возложить на руководителя Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд Кайбышева Р.М.

Ректор, профессор



С.М.Ахметов

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА ССМ № 1

Этап спортивной подготовки - совершенствования спортивного мастерства, недельная нагрузка - 22 часа в неделю.
Тренер-преподаватель - 657 часов в год. Тренер-преподаватель Брус Алексей Анатольевич - 445 часов в год.

Вид спортивной подготовки и иные мероприятия	Количество часов по месяцам/ процентное соотношение объёмов																								Кол-во часов в год, час	
	Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		Июнь		Июль		Август		Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь			
Общая физическая подготовка	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	148	
	15	17	14	17	12	13	12	13	11	13	12	13	14	14	12	13	12	13	10	10	12	14	12	13		
Специальная физическая подготовка	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	224	
	18	20	20	24	18	20	17	18	18	21	18	20	22	22	19	20	18	19	18	18	18	20	20	22		
Участие в спортивных соревнованиях	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	48	
	2	2	2	2	2	2	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	2	2		
Техническая подготовка	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	347	
	30	34	28	33	31	34	31	33	27	31	28	31	30	31	29	30	28	29	34	34	19	22	32	35		
Тактическая подготовка	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	180	
	15	17	8	10	17	19	17	18	17	20	18	20	17	17	17	18	15	16	15	15	12	14	12	13		
Теоретическая подготовка	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	36	
	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	5	5	4	5	6	7		
Психологическая подготовка	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	40	
	2	2	4	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	7	8	2	2		
Инструкторская практика	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	13	
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
Судейская практика	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	16	
	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	4	5	2	2		
Медицинские, медико-биологические мероприятия	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	14	
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1		
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	20	
	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2	2	3	3	1	1		
Восстановительные мероприятия	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	16	
	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2	1	1	1	1		
Всего количество часов в месяц/ процент	88	100	84	100	91	100	93	100	87	100	91	100	98	100	96	100	95	100	99	100	88	100	92	100	1102	

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2026 год, Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2026 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта «Бокс».

* Организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями, в том числе в отношении начала и окончания учебно-тренировочных занятий и их продолжительности, перерывов, объема учебно-тренировочного процесса. Продолжительность учебно-тренировочного занятия 60 минут с учетом динамических пауз.

* Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию по виду спорта «Бокс».

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное на медицинские, медико-биологические, контрольные, восстановительные мероприятия, может изменяться в связи с продолжительностью и графиком их проведения (по назначению спортивного врача) в соответствии с утвержденными программами, а также в зависимости от вида нарушения здоровья, специфики вида спорта, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «Бокс».

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное для видов спортивной подготовки, может изменяться в течение года в зависимости от учебно-тренировочного периода, в связи с внесением официальных изменений в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России на 2026 год в части сроков и дат их проведения, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «Бокс».

* Изменения в соотношении часов по месяцам, предусмотренных на виды спортивной подготовки и иные мероприятия, допускаются по производственной необходимости (больничный лист, командировка, отпуск и др.), но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «Бокс».

Руководитель Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд

Р.М.Кайбышев

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА ССМ № 2

Этап спортивной подготовки - совершенствование спортивного мастерства, /недельная нагрузка - 22 часа в неделю.

Тренер-преподаватель Басария Вадим Хухутиевич - 856 часов в год. Тренер-преподаватель Лысаков Андрей Николаевич - 252 часа в год.

Вид спортивной подготовки и иные мероприятия	Количество часов по месяцам/ процентное соотношение объёмов																								Кол-во часов в год, час
	Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		Июнь		Июль		Август		Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		
	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	
Общая физическая подготовка	15	17	14	17	12	13	12	13	11	13	12	13	14	14	12	13	12	13	10	10	12	14	12	12	148
	18	20	20	24	18	20	17	18	18	21	18	20	22	22	19	20	18	19	18	18	17	20	20	20	
Специальная физическая подготовка	2	2	2	2	2	2	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	6	2	2	48
Участие в спортивных соревнованиях	30	34	28	33	31	34	31	33	27	31	28	31	30	30	29	31	28	29	34	35	19	22	37	38	
Техническая подготовка	15	17	8	10	17	19	18	19	17	20	18	20	17	17	16	17	16	17	14	14	12	14	12	12	352
Тактическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	4	4	5	5	4	5	6	6	
Теоретическая подготовка	2	2	4	5	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	7	8	2	2	40
Психологическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Инструкторская практика	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	4	5	2	2	13
Судейская практика																									
Медицинские, медико- биологические мероприятия	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	14
	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2	2	3	3	1	1	
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	2	1	1	2	2	20
Восстановительные мероприятия																									
Всего количество часов в месяц/ процент	88	100	84	100	91	100	94	100	87	100	91	100	99	100	95	100	96	100	98	100	87	100	98	100	1108

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2026 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2026 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта «бокс».

* Организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями, в том числе в отношении начала и окончания учебно-тренировочных занятий и их продолжительности, перерывов, объема учебно-тренировочного процесса. Продолжительность учебно-тренировочного занятия 60 минут с учетом динамических пауз.

* Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию по виду спорта «бокс».

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное на медицинские, медико-биологические, контрольные, восстановительные мероприятия, может изменяться в связи с продолжительностью и графиком их проведения (по назначению спортивного врача) в соответствии с утвержденными программами, а также в зависимости от вида нарушения здоровья, специфики вида спорта, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного программой подготовки по виду спорта «бокс».

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное для видов спортивной подготовки, может изменяться в течение года в зависимости от учебно-тренировочного периода, в связи с внесением официальных изменений в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России на 2026 год в части сроков и дат их проведения, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной программой спортивной подготовки по виду спорта «бокс».

* Изменения в соотношении часов по месяцам, предусмотренных на виды спортивной подготовки и иные мероприятия, допускаются по производственной необходимости (больничный лист, командировка, отпуск и др.), но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной программой спортивной подготовки по виду спорта «бокс».

Руководитель Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд

Р.М.Кайбышев

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА ВСМ № 1

Этап спортивной подготовки - высшего спортивного мастерства, /недельная нагрузка - 27 часов в неделю

Тренер-преподаватель Геворгян Ашот Давитович - 1014 часов в год. Тренер-преподаватель Лысаков Андрей Николаевич -351 часов в год.

Вид спортивной подготовки и иные мероприятия	Количество часов по месяцам/ процентное соотношение объемов																								Кол-во часов в год, час
	Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		Июнь		Июль		Август		Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		
	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	
Общая физическая подготовка	10	9	8	7	10	9	8	7	9	8	17	15	10	8	12	10	12	10	10	8	8	7	10	8	124
	18	17	20	19	18	16	22	19	18	17	18	16	22	18	19	16	18	15	21	18	20	19	20	17	234
Участие в спортивных соревнованиях	2	2	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	6	5	58
	35	32	35	32	35	31	35	30	35	33	32	29	38	31	35	30	35	30	34	28	27	25	34	28	410
Техническая подготовка	25	23	25	23	31	28	24	21	25	24	22	20	29	24	25	21	25	21	25	21	23	21	18	15	297
	2	2	2	2	2	2	7	6	5	5	5	4	4	3	7	6	4	3	5	4	4	4	8	7	55
Теоретическая подготовка	2	2	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	4	3	7	6	4	3	7	7	2	2	43
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Судейская практика	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	4	4	2	2	16
	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	4	4	1	1	20
Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	3	4	4	3	3	5	4	3	3	5	4	3	2	3	3	5	4	2	2	3	3	4	3	43
	7	6	2	2	1	1	3	3	1	1	1	1	4	3	4	3	3	3	10	8	1	1	15	12	52
Всего количество часов в месяц/ процент	108	100	108	100	112	100	115	100	106	100	112	100	121	100	117	100	118	100	120	100	107	100	121	100	1365

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2026 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2026 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта «боксы».

* Организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями, в том числе в отношении начала и окончания учебно-тренировочных занятий и их продолжительности, перерывов, объема учебно-тренировочного процесса. Продолжительность учебно-тренировочного занятия 60 минут с учетом динамических пауз.

* Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию по виду спорта «боксы».

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное на медицинские, медико-биологические, контрольные, восстановительные мероприятия, может изменяться в связи с продолжительностью и графиком их проведения (по назначению спортивного врача) в соответствии с утвержденными программами, а также в зависимости от вида нарушения здоровья, специфики вида спорта, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «боксы».

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное для видов спортивной подготовки, может изменяться в течение года в зависимости от учебно-тренировочного периода, в связи с внесением официальных изменений в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России на 2026 год в части сроков и дат их проведения, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «боксы».

* Изменения в соотношении часов по месяцам, предусмотренных на виды спортивной подготовки и иные мероприятия, допускаются по производственной необходимости (больничный лист, командировка, отпуск и др.), но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта «боксы».

Руководитель Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд

Р.М.Кайбышев

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА ССМ № 3

Этап спортивной подготовки - совершенствования спортивного мастерства, /недельная нагрузка -25 часов в неделю

Тренер-преподаватель Хуаде Хазрет Абдулахович - 797 часов в год. Тренер-преподаватель Андрусенко Юлия Владимировна - 449 часов в год.

Вид спортивной подготовки и иные мероприятия	Количество часов по месяцам/ процентное соотношение объёмов																								Кол-во часов в год, час
	Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		Июнь		Июль		Август		Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		
	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	
Общая физическая подготовка	22	27	27	28	29	28	26	24	24	24	25	24	31	27	30	28	25	23	32	29	22	22	31	28	324
	32	39	22	23	14	13	18	16	32	32	32	31	24	21	25	23	18	17	12	11	15	15	13	12	
Участие в спортивных соревнованиях	2	2	8	8	7	7	6	5	5	5	5	5	11	10	4	4	6	6	8	7	8	8	6	6	76
Техническая подготовка	7	9	6	6	16	15	19	17	7	7	14	13	12	11	9	8	11	10	11	10	19	19	22	20	153
Тактическая подготовка	7	9	20	21	25	24	17	15	12	12	8	8	12	11	18	17	28	26	26	23	11	11	21	19	205
Теоретическая подготовка	2	2	2	2	2	2	7	6	5	5	5	5	11	10	10	9	4	4	11	10	4	4	5	5	68
Психологическая подготовка	5	6	1	1	3	3	3	3	2	2	5	5	2	2	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	44
Инструкторская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	15
Судейская практика	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	5	5	1	1	23
Медицинские, медико-биологические мероприятия	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	4	4	1	1	3	3	2	2	4	4	1	1	23
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	1	5	5	3	3	5	5	3	3	5	5	3	3	3	3	5	5	2	2	3	3	1	1	39
Восстановительные мероприятия	1	1	1	1	1	1	3	3	6	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
Всего количество часов в месяц/ процент	82	100	96	100	104	100	110	100	100	100	104	100	114	100	107	100	109	100	112	100	99	100	109	100	1246

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2026 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2026 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями, в том числе в отношении начала и окончания учебно-тренировочных занятий и их продолжительности, перерывов, объема учебно-тренировочного процесса. Продолжительность учебно-тренировочного занятия 60 минут с учетом динамических пауз.

* Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное на медицинские, медико-биологические, контрольные, восстановительные мероприятия, может изменяться в связи с продолжительностью и графиком их проведения (по назначению спортивного врача) в соответствии с утвержденными программами, а также в зависимости от вида нарушения здоровья, специфики вида спорта, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное для видов спортивной подготовки, может изменяться в течение года в зависимости от учебно-тренировочного периода, в связи с внесением официальных изменений в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России на 2026 год в части сроков и дат их проведения, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Изменения в соотношении часов по месяцам, предусмотренных на виды спортивной подготовки и иные мероприятия, допускаются по производственной необходимости (больничный лист, командировка, отпуск и др.), но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

Руководитель Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд

Р.М.Кайбышев

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА ССМ № 4

Этап спортивной подготовки - совершенствования спортивного мастерства, /недельная нагрузка - 25 часов в неделю

Тренер-преподаватель Мовсисян Мнацакан Корюнович - 797 часов в год. Тренер-преподаватель Андрусенко Юлия Владимировна - 449 часов в год.

Вид спортивной подготовки и иные мероприятия	Количество часов по месяцам/ процентное соотношение объёмов																								Кол-во часов в год, час
	Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		Июнь		Июль		Август		Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		
	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	
Общая физическая подготовка	22	27	27	28	29	28	26	24	24	24	25	24	31	27	30	28	25	23	32	29	22	22	31	28	324
	32	39	22	23	14	13	18	16	32	32	32	31	24	21	25	23	18	17	12	11	15	15	13	12	
Специальная физическая подготовка	2	2	8	8	7	7	6	5	5	5	5	5	11	10	4	4	6	6	8	7	8	8	6	6	76
	7	9	6	6	16	15	19	17	7	7	14	13	12	11	9	8	11	10	11	10	19	19	22	20	
Техническая подготовка	7	9	20	21	25	24	17	15	12	12	8	8	12	11	18	17	28	26	26	23	11	11	21	19	205
Тактическая подготовка	2	2	2	2	2	2	7	6	5	5	5	5	11	10	10	9	4	4	11	10	4	4	5	5	68
Теоретическая подготовка	5	6	1	1	3	3	3	3	2	2	5	5	2	2	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	44
Психологическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	15
Инструкторская практика	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	5	5	1	1	23
Судейская практика																									
Медицинские, медико- биологические мероприятия	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	4	4	1	1	3	3	2	2	4	4	1	1	23
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	1	5	5	3	3	5	5	3	3	5	5	3	3	3	3	5	5	2	2	3	3	1	1	39
Восстановительные мероприятия	1	1	1	1	1	1	3	3	6	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19
Всего количество часов в месяц/ процент	82	100	96	100	104	100	110	100	100	100	104	100	114	100	107	100	109	100	112	100	99	100	109	100	1246

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2026 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2026 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями, в том числе в отношении начала и окончания учебно-тренировочных занятий и их продолжительности, перерывов, объема учебно-тренировочного процесса. Продолжительность учебно-тренировочного занятия 60 минут с учетом динамических пауз.

* Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное на медицинские, медико-биологические, контрольные, восстановительные мероприятия, может изменяться в связи с продолжительностью и графиком их проведения (по назначению спортивного врача) в соответствии с утвержденными программами, а также в зависимости от вида нарушения здоровья, специфики вида спорта, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное для видов спортивной подготовки, может изменяться в течение года в зависимости от учебно-тренировочного периода, в связи с внесением официальных изменений в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России на 2026 год в части сроков и дат их проведения, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Изменения в соотношении часов по месяцам, предусмотренных на виды спортивной подготовки и иные мероприятия, допускаются по производственной необходимости (больничный лист, командировка, отпуск и др.), но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

Руководитель Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд

Р.М.Кайбышев

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА ВСМ № 2

Этап спортивной подготовки - высшего спортивного мастерства, /недельная нагрузка - 25 часов в неделю

Тренер-преподаватель Магомед Салманович - 823 часа в год. Тренер-преподаватель Андрусенко Юлия Владимировна - 462 часа в год.

Вид спортивной подготовки и иные мероприятия	Количество часов по месяцам/ процентное соотношение объёмов																								Кол-во часов в год, час
	Январь		Февраль		Март		Апрель		Май		Июнь		Июль		Август		Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		
	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	час	%	
Общая физическая подготовка	29	25	26	27	26	25	21	20	24	24	21	20	23	21	15	14	21	19	27	24	16	16	24	21	273
	29	25	14	15	20	19	26	24	24	24	28	27	25	23	32	29	27	25	24	21	26	26	27	23	302
Участие в спортивных соревнованиях	3	3	7	7	5	5	6	6	1	1	5	5	11	10	6	6	6	6	10	9	8	8	11	9	79
Техническая подготовка	23	20	6	6	16	15	12	11	11	11	11	10	15	14	11	10	11	10	11	10	12	12	19	16	158
Тактическая подготовка	19	16	32	33	24	23	21	20	26	26	22	21	16	15	19	17	22	20	25	22	14	14	18	16	258
Теоретическая подготовка	2	2	2	2	2	2	7	7	5	5	5	5	11	10	15	14	4	4	5	4	4	4	8	7	70
Психологическая подготовка	2	2	1	1	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	7	6	4	4	7	7	2	2	40
Инструкторская практика	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	10
Судейская практика	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	4	4	2	2	16
Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	2	4	4	1	1	20
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	3	3	4	4	3	3	5	5	3	3	5	5	3	3	3	3	5	5	2	2	3	3	1	1	40
Восстановительные мероприятия	4	3	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	19	
Всего количество часов в месяц/ процент	117	100	96	100	104	100	107	100	100	100	105	100	110	100	109	100	108	100	113	100	100	100	116	100	1285

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2026 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2026 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Организация учебно-тренировочного процесса осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями, в том числе в отношении начала и окончания учебно-тренировочных занятий и их продолжительности, перемен, объема учебно-тренировочного процесса. Продолжительность учебно-тренировочного занятия 60 минут с учетом динамических пауз.

* Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное на медицинские, медико-биологические, контрольные, восстановительные мероприятия, может изменяться в связи с продолжительностью и графиком их проведения (по назначению спортивного врача) в соответствии с утвержденными программами, а также в зависимости от вида нарушения здоровья, специфики вида спорта, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное для видов спортивной подготовки, может изменяться в течение года в зависимости от учебно-тренировочного периода, в связи с внесением официальных изменений в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России на 2026 год в части сроков и дат их проведения, но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Изменения в соотношении часов по месяцам, предусмотренных на виды спортивной подготовки и иные мероприятия, допускаются по производственной необходимости (больничный лист, командировка, отпуск и др.), но в рамках объема учебно-тренировочного плана, предусмотренного дополнительной образовательной программой спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

Руководитель Центра спортивной подготовки студенческих сборных команд

Р.М.Кайбышев