

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

25.12.2024

ПРИКАЗ

№ 971-о/ч

г.Краснодар

**Об утверждении примерного годового
учебно-тренировочного плана на 2025 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 2025 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 2025 год согласно приложениям №№1-6.

2. Контроль за исполнением приказа возложить на проректора по спортивной работе Руденко Е.В.

И.о. ректора



А.А.Тарасенко

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА №1
Этап спортивной подготовки - совершенствования спортивного мастерства, недельная нагрузка -22 часа в неделю

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	12	16	14	16	11	12	11	11	13	15	13	15	12	12	14	15	12	13	9	9	11	13	9	9	141	
Специальная физическая подготовка	12	16	11	13	12	13	15	16	17	19	15	17	21	17	18	19	20	26	27	19	22	23	24	207		
Участие в спортивных соревнованиях	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	5	6	5	5	4	5	5	6	6	4	5	4	4	44		
Техническая подготовка	26	36	34	39	32	35	33	34	27	30	28	31	32	31	32	33	34	24	24	21	24	28	29	348		
Тактическая подготовка	15	21	20	23	20	22	17	18	15	17	15	17	15	15	15	16	13	14	14	14	14	16	10	183		
Теоретическая подготовка	0	0	1	1	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	5	3	3	37		
Психологическая подготовка	1	1	1	1	5	5	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	3	3	6	6	5	6	8	42		
Инструкторская практика	1	1	0	0	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	4	19		
Судейская практика	0	0	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	3	3	1	1	1	2	2	16		
Медицинские, медико-биологические мероприятия	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	0	0	1	1	1	1	1	2	2	15		
Восстановительные мероприятия	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	0	0	4	4	2	2	2	2	4	4	2	2	1	28		
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	1	0	0	1	1	4	4	1	1	1	1	0	0	2	2	2	2	1	1	4	5	2	19		
Всего количество часов в месяц	73	100	88	100	92	100	96	100	89	100	89	100	98	100	96	100	96	100	98	100	88	100	96	1099		

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2025 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2025 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "бокс".

* 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 дополнительными 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 2025 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 №2
Этап спортивной подготовки - совершенствования спортивного мастерства, недельная нагрузка -22 часа в неделю

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	11	15	14	16	11	12	11	11	13	15	15	12	12	14	15	12	13	12	13	9	9	11	13	9	9	140
Специальная физическая подготовка	12	17	11	13	12	13	16	16	18	15	17	21	21	17	18	19	20	27	27	19	22	23	23	24	208	
Участие в спортивных соревнованиях	1	1	1	1	1	1	4	4	4	5	6	5	5	4	4	5	5	6	6	4	5	4	4	4	44	
Техническая подготовка	29	40	34	39	31	34	33	34	27	31	26	30	34	29	31	32	34	24	24	21	24	27	27	28	347	
Тактическая подготовка	13	18	20	23	20	22	17	18	15	17	15	15	15	15	16	13	14	14	14	14	14	16	10	11	181	
Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1	5	3	3	4	5	4	5	3	4	4	3	3	5	5	4	5	4	3	3	40	
Психологическая подготовка	1	1	1	1	1	5	3	3	2	2	2	2	2	4	4	3	3	5	5	2	2	6	7	8	42	
Инструкторская практика	1	1	0	0	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	2	2	2	3	18	
Судейская практика	0	0	1	1	0	0	1	1	2	2	1	2	2	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	3	16	
Медицинские, медико-биологические мероприятия	1	1	2	2	1	1	1	1	1	3	3	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	2	2	15	
Восстановительные мероприятия	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	0	4	4	2	2	2	2	4	4	2	2	2	1	1	26	
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	1	0	0	1	1	4	4	1	1	1	0	0	2	2	2	2	1	1	1	3	3	2	2	18	
Всего количество часов в месяц	72	100	88	100	91	100	97	100	88	100	87	100	101	94	100	95	100	99	100	88	100	95	100	95	100	1 095

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2025 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2025 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "бокс".

* 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 дополнительными программами 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 2025 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 №3
Этап спортивной подготовки - высшего спортивного мастерства, недельная нагрузка - 30 часов в неделю

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	%	час	%	
Общая физическая подготовка	21	21	16	13	13	10	9	7	10	8	11	9	10	7	10	8	10	8	12	9	10	7	10	8	10	8	142
Специальная физическая подготовка	23	23	21	18	17	14	23	18	24	20	26	22	24	18	25	19	22	16	21	16	22	16	22	18	26	274	
Участие в спортивных соревнованиях	3	3	5	4	4	3	7	5	5	4	5	4	8	6	6	5	4	9	7	5	4	7	5	4	5	67	
Техническая подготовка	18	18	33	28	38	30	42	32	29	25	33	28	47	35	37	29	41	32	41	32	41	30	32	27	43	434	
Тактическая подготовка	10	10	20	17	30	24	25	19	24	20	21	18	25	18	25	19	22	27	22	22	20	27	20	25	21	282	
Теоретическая подготовка	4	4	7	6	7	6	5	4	7	6	5	4	2	1	5	4	3	2	4	3	2	4	3	5	4	59	
Психологическая подготовка	0	0	7	6	4	3	7	5	5	4	5	4	6	4	4	3	6	5	7	5	7	5	5	4	3	59	
Инструкционная практика	12	12	0	0	1	1	0	0	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	26	
Судейская практика	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	0	0	3	2	1	1	1	1	3	2	3	3	4	20	
Медицинские, медико-биологические	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	6	1	1	2	18	
Восстановительные мероприятия	6	6	5	4	4	3	5	4	6	5	4	3	7	5	9	7	8	6	4	1	4	1	4	3	6	68	
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	2	2	3	3	5	4	5	4	3	3	5	4	4	3	2	2	0	0	0	0	6	4	5	4	4	44	
Всего количество часов в месяц	101	100	120	100	125	100	130	100	118	100	119	100	136	100	129	100	130	100	136	103	119	100	119	100	130	100	1493

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2025 год, Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2025 год и с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта "бокс".

* 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 дополнительной 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 2025 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

Приложение № 4 к приказу от 25.12.2024 № 971-ОМ

ПРИМЕРНЫЙ ГОДОВОЙ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН, УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ГРУППА №4
Этап спортивной подготовки - совершенствования спортивного мастерства, недельная нагрузка -24 часа в неделю

Вид спортивной подготовки и иные мероприятия	Количество часов по месяцам/ процентное соотношение объемов																								Коль-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	33	42	31	32	31	31	21	20	24	24	23	24	21	20	24	23	24	23	24	23	25	23	26	26	24	23	307
Специальная физическая подготовка	10	13	21	22	16	16	22	21	24	24	23	24	24	22	22	21	23	22	25	23	25	23	15	15	25	24	250
Участие в спортивных соревнованиях	2	3	5	5	5	5	6	6	5	5	5	5	11	10	6	6	6	6	10	9	8	8	8	5	5	74	
Техническая подготовка	6	8	6	6	16	16	15	15	11	11	11	18	17	17	11	10	11	11	11	10	12	12	12	19	18	147	
Тактическая подготовка	14	18	20	21	20	20	17	17	19	19	15	16	12	11	21	20	18	17	20	19	20	19	14	14	14	204	
Теоретическая подготовка	2	3	2	2	2	2	7	7	5	5	5	11	10	10	4	4	4	5	5	4	5	4	4	8	8	65	
Психологическая подготовка	2	3	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	4	4	5	5	3	3	3	5	5	2	2	34	
Инструкторская практика	1	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	0	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	5	5	1	1	22	
Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	3	3	2	2	4	4	4	1	1	22	
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	3	4	5	5	3	3	5	5	3	3	5	5	3	3	3	3	5	5	2	2	2	3	3	1	1	41	
Восстановительные мероприятия	3	4	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	
Всего количество часов в месяц/процент	79	100	96	100	101	100	103	100	98	100	96	100	107	100	105	100	103	100	107	100	99	100	103	100	100	1197	

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2025 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2025 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".

* 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 2025 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 №5

Этап спортивной подготовки - совершенствования спортивного мастерства, недельная нагрузка -24 часа в неделю

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	33	42	31	32	31	31	23	22	22	23	24	23	21	22	21	22	21	25	24	26	24	23	24	25	24
Специальная физическая подготовка	10	13	21	22	16	16	20	19	30	31	30	22	20	21	20	18	17	19	19	18	18	19	18	17	
Участие в спортивных соревнованиях	2	3	5	5	5	5	6	6	5	5	5	11	10	6	6	6	6	6	10	9	8	8	5	5	
Техническая подготовка	7	9	6	6	16	16	14	13	11	11	11	18	17	11	11	11	11	11	11	11	12	13	19	18	
Тактическая подготовка	10	13	20	21	20	20	19	19	13	14	8	14	13	22	21	23	22	26	24	26	11	11	21	20	
Теоретическая подготовка	2	3	2	2	2	2	7	7	5	5	5	11	10	10	10	4	4	5	5	5	4	4	5	5	
Психологическая подготовка	2	3	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	4	4	5	5	5	3	3	5	5	5	5	
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	
Судейская практика	0	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	1	5	5	1	1	
Медицинские, медико-биологические мероприятия	6	8	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	3	3	3	2	2	4	4	1	1	
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	3	4	5	5	3	3	5	5	3	3	5	3	3	3	3	5	5	2	2	2	3	3	1	1	
Восстановительные мероприятия	3	4	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Всего количество часов в месяц/ процент	79	100	96	100	101	100	105	100	96	100	96	109	100	103	100	104	100	108	100	96	100	96	100	104	100
																									1197

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2025 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2025 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".

* 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 2025 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 (больничной 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 №6

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

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	18	19	16	16	15	15	21	19	20	20	20	21	19	17	15	14	13	25	22	26	25	24	22	238	
Специальная физическая подготовка	19	20	28	28	31	30	27	25	24	23	23	29	26	31	28	33	31	25	18	18	23	21	311		
Участие в спортивных соревнованиях	2	2	7	7	5	5	6	6	7	5	5	11	10	6	5	6	6	10	8	8	6	6	79		
Техническая подготовка	23	24	6	6	16	15	12	11	11	11	11	15	13	11	10	11	10	11	12	12	12	19	158		
Тактическая подготовка	19	20	32	32	24	23	21	19	26	22	22	16	14	19	17	22	21	25	14	14	18	17	258		
Теоретическая подготовка	2	2	2	2	2	2	7	6	5	5	5	11	10	15	14	4	4	5	4	4	4	8	70		
Психологическая подготовка	2	2	1	1	4	4	3	3	2	2	2	2	2	4	4	7	7	4	4	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	0	10		
Судейская практика	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	4	4	2	2	16		
Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	2	4	4	1	1	20		
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	3	3	4	4	3	3	5	5	3	5	5	3	3	3	3	5	5	2	3	3	1	1	40		
Восстановительные мероприятия	4	4	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	19		
Всего количество часов в месяц/ процент	95	100	100	100	105	100	108	100	102	100	99	112	100	110	100	107	100	112	100	102	107	100	1259		

* Выходные и праздничные дни устанавливаются в соответствии с производственным календарем на 2025 год. Календарным планом официальных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Центра на 2025 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".

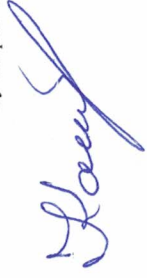
* Учебно-тренировочные занятия проводятся согласно утвержденному расписанию по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* 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 дополнительными образовательными программами спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

* Соотношение часов по месяцам, предусмотренное для видов спортивной подготовки по виду спорта "спортивная (греко-римская) борьба".

Единичный календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий Минспорта России на 2025 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 (большиничный 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