

Разделы подготовки, этапы подготовки

Разделы подготовки	СОГ	Начальная подготовка					Учебно-тренировочный этап								Спортивное совершенств	
		1 год	НП 1	НП1	НП2	НП3	НП3	УТГ1	УТГ1	УТГ1	УТГ2	УТГ3	УТГ3	УТГ4	УТГ5	СС1
Теоретическая подготовка	46	46	46	46	46	46	92	92	92	92	120	120	140	162	154	178
Подготовка на земле	106	106	106	144	144	144	160	160	160	160	200	200	250	260	384	398
Физическая подготовка	80	80	80	104	104	104	110	110	110	110	120	120	150	130	160	160
Обще-тактическая подготовка	26	26	26	40	40	40	50	50	50	50	80	80	100	130	244	238
Подготовка на льду	122	122	122	198	198	198	250	250	250	250	278	278	292	348	488	640
Технико-тактическая подготовка	38	38	38	58	58	58	55	55	55	55	64	64	68	75	80	90
Физическая подготовка	10	10	10	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	30	18	38
Специальная физ. Подготовка	74	74	74	120	120	120	175	175	175	175	194	194	204	243	390	512
Медицинский контроль	4	4	4	6	6	6	8	8	8	8	10	10	16	20	24	32
Педагогический контроль	20	20	20	20	20	20	30	30	30	30	30	30	30	30	40	40
Инструк. Судейская практика	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	нет	10	20
Восстановительные мероприятия	12	12	12	36	36	36	78	78	78	78	82	82	96	108	138	138
Переводные экзамены	2	2	2	4	4	4	6	6	6	6	8	8	8	8	10	10
Общее количество часов	312	312	312	468	468	468	624	624	624	624	728	728	832	936	1248	1456