

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ СШ «Арсенал»

 Н.И. Попков
«09» 01 2018г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
по спортивной подготовке
на 2018 учебный год

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки						
		ЭНП		ТЭ		ЭССМ		
		1 год обучения	свыше года	1-2 года обучения	3 года обучения	4-5 года обучения	1 год обучения	2-3 года обучения
1	Общая физическая подготовка	45	68	71	72	133	51	61
2	Специальная физическая подготовка	22	24	43	50	89	96	112
3	Техническая подготовка	120	185	134	112	195	155	163
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	30	47	50	57	97	144	162
5	Технико-тактическая (интегральная) подготовка	76	113	135	177	331	373	454
6	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	15	22	26	36	58	84	98
	Всего часов	308	459	459	504	903	903	1050
	Количество часов в неделю	6	9	9	10	18	18	21
	Количество занятий в неделю	3	5	5	5	6	6	6

Зам. директора по СП



Е.А. Андреева