МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2 ГОРОДА НОВОШАХТИНСКА

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2 ГОРОДА НОВОШАХТИНСКА
Дата: 2023.11.27 10:34:45 +03'00'

Утверждаю:
Директор МБУ ДО СШ № 2
_____ Горбанев Н.С.
01.09.2023 г.

Примерный учебный план-график
распределения учебных часов для группы УТ 1 года обучения
отделения бокса на 2023-2024 учебный год.

Виды подготовки	Месяцы												
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	Итого
Общая физическая подготовка	9	10	10	10	10	10	10	10	10	9	9	9	116
Специальная физическая подготовка	8	8	9	9	8	8	9	9	8	9	8	8	101
Участие в спортивных соревнованиях		2	2		2	3	2	2	3	2	1		25
Техническая подготовка	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	216
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	13	12	13	13	13	13	13	13	13	13	12	12	153
Инструкторская и судейская практика		2	1	1	1	1		2	1	2	2		13
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2				2				2				6
Всего за месяц	50	52	53	51	53	53	52	53	54	53	50	50	624

Зам. директора по УВР:_____ О.В.Князева

Ст. тренер отделения: _____ А.Ф. Воробьев