

Утверждаю:
 Директор МБУ ДО СШ № 2
 Горбанев Н.С.
 01.09.2024 г.



Примерный учебный план-график
 распределения учебных часов для группы НП 1 года обучения
 отделения бокса на 2024-2025 учебный год.(5 часов в неделю)

Виды подготовки	Месяцы												всего
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
Общая физическая подготовка	9	10	10	10	10	9	10	10	10	9	10	10	117
Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	36
Участие в спортивных соревнованиях	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Техническая подготовка	6	6	6	6	6	5	6	6	6	6	5	6	70
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	2	2	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	31
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2					2			2				6
Всего за месяц	22	21	22	22	22	21	23	21	23	21	21	21	260

Зам. директора по УВР:  О.В.Князева

Ст. тренер отделения:  А.Ф.Воробьев