

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



**Примерный учебный план-график**  
 распределения учебных часов для группы НП 2,3 года обучения  
 отделения бокса на 2024-2025 учебный год.(8 часов в неделю)

Виды подготовки	Месяцы												Итого
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
Общая физическая подготовка	12	12	13	12	13	13	12	13	13	12	13	13	151
Специальная физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	72
Участие в спортивных соревнованиях	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Техническая подготовка	11	12	12	12	11	11	12	11	11	11	11	11	136
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	47
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	4					3				3			10
<b>Всего за месяц</b>	<b>36</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>37</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>36</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>416</b>

Зам. директора по УВР:  О.В.Князева

Ст. тренер отделения:  А.Ф.Воробьев