МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2 ГОРОДА НОВОШАХТИНСКА

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2 ГОРОДА НОВОШАХТИНСКА
Дата: 2024.09.10 08:26:43 +03'00'

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

Примерный учебный план-график
распределения учебных часов для группы УТ 4 года обучения
отделения бокса на 2024-2025 учебный год.(16 часов в неделю)

Виды подготовки	Месяцы												
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	Итого
Общая физическая подготовка	12	12	12	11	11	12	12	12	11	12	12	12	141
Специальная физическая подготовка	13	14	13	12	14	13	14	14	15	14	13	13	165
Участие в спортивных соревнованиях		4	4		4		4	2	4	2			25
Техническая подготовка	24	25	25	24	25	25	25	24	25	24	25	25	297
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	14	14	14	14	15	14	14	15	14	15	14	14	170
Инструкторская и судейская практика		2	2		3		2	3	2	3			17
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	5			5					5	2			17
Всего за месяц	68	71	70	70	66	64	71	70	76	72	64	64	**832**

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

Ст. тренер отделения: _____ А.Ф.Воробьев