

II. Учебный план

Таблица 1

Учебный план на 36 недель учебно-тренировочных занятий в ДЮСШ

№	Разделы подготовки	СО	НП		УТ	
		1 год	1 год	2 год	1 год	2 год
1	Теоритическая подготовка	5	5	4	3	3
2	ОФП	28	22	19	19	16
3	СПФ	21	25	22	22	22
4	Техническая подготовка	27	25	30	25	26
5	Тактическая подготовка	9	9	10	13	15
6	Игровая подготовка	10	12	12	13	12
7	Соревнования	3	5	6	8	9
8	Контрольно-переводные нормативы	2	2	2	2	2
9	Инструкторская и судейская практика	1	1	1	1	1
10	Медицинские обследования	2	2	2	2	2
11	Всего:	108	108	108	108	108

