

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	10	10	8	6	6
2	ОФП	56	44	38	38	32
3	СПФ	42	50	44	44	44
4	Техническая подготовка	54	50	60	50	52
5	Тактическая подготовка	18	18	20	26	30
6	Игровая подготовка	20	24	24	26	24
7	Соревнования	6	10	12	16	18
8	Контрольно-переводные нормативы	4	4	4	4	4
9	Инструкторская и судейская практика	2	2	2	2	2
10	Медицинские обследования	4	4	4	4	4
11	Всего:	216	216	216	216	216

