

Учебный план

№ п/п	Разделы подготовки	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
1.	Теоретическая подготовка	3	3	6
2.	Общая физическая подготовка	141	141	141
3.	Специальная физическая подготовка	77	77	77
4.	Технико-тактическая подготовка	49	49	49
5.	Контрольные соревнования	Согласно календарного плана спортивно-массовых мероприятий с учетом возрастных групп		
6.	Инструкторская и судейская практика	В течение всего периода обучения -		
7.	Медицинское обследование	В течение всего периода обучения		
8.	Психологическая подготовка	В учебно-тренировочном процессе		
9.	Контрольные нормативы	3	3	3
10.	Самостоятельная работа по индивидуальным планам подготовки	36	36	36
Общее количество часов		216	216	216