

МИНИСТЕРСТВО ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТА РД

Утверждаю
 Директор ДЮСШ по боксу
 _____ Б. Гайдарбеков
 от «01» января 2016 г.

ГОДОВОЙ ПЛАН Распределения учебных часов по боксу для УТГ этапа подготовки 4 г. обучения

Месяцы												
Виды Подготовки	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Теоретические Занятия	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	-	1,3
Общая физическая подготовка	24	24	24	24	24	24	24	24	24	24	-	12
Специальная физическая подготовка	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	-	17,3
Технико- тактическая подготовка	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	34,7	-	17,3
Восстановительны е мероприятия	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-	1
Инструкторская и судейская практика	-	-	2	-	2	2	-	-	2	2	-	4
Медицинский контроль	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-
Зачетные и переводные требования + соревнования	4	-	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-
Всего за месяц	104,7	98,1	100,1	98,1	100,1	100,1	98,1	98,1	100,1	106,1	-	97,1
Всего за год	1037,9											

Учебная часть