

СОГЛАСОВАНО:
 Зам. директора по УВР
Тараба Тараба М. В.



УТВЕРЖДАЮ:
 Директор
 Черняк Н. И.
 01 сентября 2018 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
 отделения борьба самбо

№	Вид подготовки	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап					Этап совершенствования спортивного мастерства
		ГНП		ТГ					ГССМ
Годы обучения									
		До года	Свыше года	До 2 лет		Свыше 2 лет			До года
1	Теория и методика физической культуры и спорта	34	44	60	60	95	95	95	70
2	Общая физическая подготовка	67	117	131	131	192	192	192	386
3	Избранный вид спорта (специальная физическая подготовка, соревновательная подготовка, восстановительные мероприятия, инструкторско-судейская практика, контрольные испытания)	127	167	267	267	390	390	390	574
4	Другие виды спорта и подвижные игры	34	48	80	80	95	95	95	151
5	Технико-тактическая подготовка и психологическая подготовка	50	92	86	86	164	164	164	275
6	Итого:	312	468	624	624	936	936	936	1456