

Согласовано:  
 Зам. директора по УВР  
Тараба Тараба М.В.  
 01 сентября 2018 год

Утверждаю:  
 Директор МБОУ ДО «ДЮСШ №3»  
Н.И. Черняк  
 01 сентября 2018 год



Учебный план  
 отделение волейбол

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки								
		НП-1	НП-2	НП-3	Т-1	Т-2	Т-3	Т-4	Т-5	ССМ
		Количество часов по годам обучения								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Общая физическая подготовка	100	116	116	112	112	75	75	75	87
2	Специальная физическая подготовка	36	50	50	87	87	131	131	131	187
3	Техническая подготовка	66	96	96	150	150	234	234	234	276
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, медико-восстановительные мероприятия	45	71	71	151	151	262	262	262	374
5	Технико-тактическая подготовка (интегральная подготовка)	40	42	42	62	62	94	94	94	124
6	Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	25	41	41	62	62	140	140	140	200
	Итого:	312	416	416	624	624	936	936	936	1248