

**Годовой план и распределение учебных часов
на этапе начальной подготовки до года обучения**

Месяцы	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	Всего
Общая физическая подготовка	15	13	13	11	10	10	10	10	10	12	13	15	142
Специальная физическая подготовка	1	1	3	3	5	5	5	5	4	3	1	1	37
Участие в спортивных соревнованиях													-
Техническая подготовка	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	42
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	1	1	1	1			1		1	1			7
Инструкторская и судейская практика													-
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	1				1			1			2	1	6
Всего часов за месяц	20	18	20	19	20	19	20	20	19	20	19	20	234


КОПИЯ
ВЕРНА

Директор 

Лукьянов СВ