

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора
ОГАУ «Дворец спорта «Кристалл»

О.Г. Романов

_____ 2016 г.



ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной
программе в области физической культуры и спорта
по виду спорта БОКС

Учебный предмет	Этапы реализации Программы								ИТОГО
	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап					
	1 год	2 год	3 год	4 год	5 год	6 год	7 год	8 год	
	Количество академических часов в неделю								
	6	9	9	12	14	16	18	18	
УП 1.1. «Теория и методика ФК и С и бокса»	25	38	38	25	29	33	38	38	264
УП 2.1. «Общая и специальная физическая подготовка».	50	75	75	126	147	168	189	189	1019
УП 3.1. «Избранный вид спорта»	115	170	170	252	294	336	378	378	2093
УП 4.1. «Другие виды спорта и подвижные игры»	25	38	38	25	30	34	38	38	266
УП 5.1. «Технико-тактическая и психологическая подготовка».	25	38	38	51	59	67	75	75	428
УП 6.1. «Самостоятельная работа».	12	19	19	25	29	34	38	38	214
Итого по Программе (в академических часах)	252 ч./год	378 ч./год	378 ч./год	504 ч./год	588 ч./год	672 ч./год	756 ч./год	756 ч./год	4284