

Принято

На заседании тренерского Совета
СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1
города Похвистнево
«27» августа 2018г.
Протокол №1

Утверждена:

Директор ГБОУ СОШ №1 города Похвистнево


В.В. Гайанова



Приказом № 263-с/г от 27.08.2018г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПО БАСКЕТБОЛУ

структурного подразделения Детско-юношеская спортивная школа государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №1 города Похвистнево городского округа Похвистнево Самарской области, реализующее дополнительные образовательные программы

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ	УЧЕБНЫЕ ГРУППЫ		
	Спортивного оздоровления		
	3 час.	4 час.	6 час.
1. Теоретическая подготовка	4	6	8
2. Общая физическая подготовка	50	73	100
3. Специальная физическая подготовка	37	46	74
4. Техническая подготовка	30	35	60
5. Тактическая подготовка	15	20	30
6. Интегральная подготовка, контрольные игры, участие в соревнованиях	15	20	30
7. Инструкторская и судейская практика	-	-	-
8. Экзамены, контрольные испытания (приемные, переводные, выпускные)	5	8	10
9. Медицинское обследование	-	-	-
ВСЕГО ЧАСОВ	156	208	312