

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета

протокол № 1 от 07.09 2017 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МАОУ ДО «КДОСШ «Авиатор»

А.Г.Панов

«  »    2017 г.

**Учебный план отделения спортивных единоборств по виду спорта корэш  
на 2017-2018 учебный год**

№	Разделы подготовки	Этапы в годы спортивной подготовки					
		Этап начальной подготовки			Тренировочный этап (этап спортивной специализации)		
		1 год	2 г.о.	3 г.о.	1 г.о.	2 г.о.	4 г.о.
1.	Общая физическая подготовка	170	120	120	114	174	196
2.	Специальная физическая подготовка	54	60	60	88	142	250
3.	Технико-тактическая подготовка	68	88	88	124	210	434
4.	Теоретическая и психологическая подготовка	18	36	36	58	68	80
5.	Участие в соревнованиях	2	6	6	16	20	60
6.	Инструкторская и судейская практика	-	2	2	6	10	20
7.	<b>Всего часов</b>	<b>312</b>	<b>312</b>	<b>312</b>	<b>416</b>	<b>624</b>	<b>1040</b>