

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 1

«09» 09 2015 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ ДОУ «ДЮСШ №1» ЕМР

Затеев Ю.А.

«01» 09 2015 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

групп учебно-тренировочной и соревновательной деятельности (в часах)

отделения «Стрельба из лука»

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования

«Детско-юношеская спортивная школа №1» Елабужского муниципального района Республики Татарстан

№ п/п	Разделы подготовки	Этапы подготовки				
		НП			Т(СС)	
		1-ый	2-ой	3-год	1-2 ой	3-й
1.	Общая физическая подготовка	126	89	89	102	146
2.	Специальная физическая подготовка	36	48	48	52	82
3.	Технико - тактическая подготовка	92	230	230	304	402
4.	Теоретическая подготовка	28	24	24	20	30
5.	Психологическая подготовка	-	10	10	20	40
6.	Контрольно – переводные нормативы	2	3	3	2	4
7.	Контрольные соревнования	10	30	30	60	134
8.	Инструкторская и судейская практика	10	16	16	16	20
9.	Восстановительные мероприятия	8	18	18	48	78
10.	Медицинское обследование	Не менее 2-х раз в год				
	Общее количество часов	312	468	468	624	936