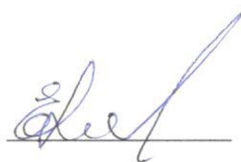


«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор СДЮСШОР №33  
 А.М. Зенин  
 « 01 » ~~сентября~~ 2015 г.

**ГОДОВОЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПО СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ ОТДЕЛЕНИЯ  
 ДЗЮДО,  
 на 2015-2016 учеб. год**

Виды спорт. подготовки	Количество учебных часов по этапам подготовки						
	НП		УТ		СС		ВСМ
	До года	Св. года	До 2х лет	Св. 2хлет	До года	Св. года	
Теоретические занятия	9	14	31	47	50	58	8
Практические занятия							
ОФП	188	257	106	159	200	233	266
СФП	62	117	131	196	250	292	399
ТТП	47	70	287	431	587	684	799
КПН	3	5	6	6	6	6	6
соревнования	-	-	38	60	100	118	161
Инстр. и суд. практика	-	-	19	28	42	51	-
Восст. мероприятия	3	5	6	9	13	14	25
<b>Всего часов</b>	<b>312</b>	<b>468</b>	<b>624</b>	<b>936</b>	<b>1248</b>	<b>1456</b>	<b>1664</b>

Ст. тренер- преподаватель отделения дзюдо



А.В. Емков

Обсуждено и одобрено на заседании педагогического совета

«31» августа 2015 года