

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА №3»

ПРИНЯТО

На заседании
Педагогического совета
Протокол № 3
от «29» 08. 2025г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБУ ДО
«СШОР №3»

Д.Н.Морозов

Приказ № 36/1 от
«01» 10.2025г.

**Годовой учебный план по виду спорта «бокс»
на 2025-2026 учебный год**

№ п/ п	Предметные области	Этапы спортивной подготовки										Итого
		Начальной подготовки			Учебно-тренировочный (спортивной специализации)					Соверше нствован ие спортивн ого мастерств а	Выше го спортн вого мастерс тва	
					Начальной специализации или базовой подготовки		Углубленной или спортивной специализации					
		НП1	НП2	НП3	УТ1	УТ2	УТ3	УТ4	УТ5	ССМ	ВСМ	
1	Общая физическая подготовка	137	149	144	136	142	150	150	165	138	124	1435
2	Специальная физическая подготовка	42	76	76	146	150	177	175	187	208	210	1447
3	Участие в соревнованиях	-	-	-	10	19	28	30	41	52	61	241
4	Техническая подготовка	93	135	140	237	286	325	326	358	350	396	2646
5	Тактическая, теоретическая, психологическа я подготовка	37	47	47	73	85	95	94	107	228	334	1147
6	Инструкторска я и судейская практика	-	-	-	8	18	24	24	37	20	24	155
7	Медицинские, медико- биологические, восстановитель ные мероприятия, тестирование и контроль	3	9	9	14	28	33	33	41	44	99	313
	ИТОГО	312	416	416	624	728	832	832	936	1040	1248	7384