**Учебный план программы**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел программы** | Всего часов | Количество часов | | | | | | | |
| 1 год обучения | | 2 год обучения | | 3 год обучения | | 4 год обучения | |
| теория | практика | теория | практика | теория | практика | теория | практика |
| 1 | Теория физической культуры и спорта | 22 | 4 | - | 6 | - | 6 | - | 6 | - |
| 2 | Общая физическая подготовка, час | 320 | - | 72 | - | 85 | - | 83 | - | 80 |
| 3 | Специальная физическая подготовка, час | 211 | - | 24 | - | 60 | - | 62 | - | 65 |
| 4 | Техническая подготовка | 92 | - | 17 | - | 25 | - | 25 | - | 25 |
| 5 | Тактическая подготовка | 67 | - | 7 | - | 20 | - | 20 | - | 20 |
| 6 | Соревновательная практика | 20 | - | 5 | - | 5 | - | 5 | - | 5 |
| 7 | Другие виды спорта и подвижные игры | 46 | - | 13 | - | 11 | - | 11 | - | 11 |
| 8 | Аттестация | 14 | - | 2 | - | 4 | - | 4 | - | 4 |
| **Всего часов** | | | 4 | 140 | 6 | 210 | 6 | 210 | 6 | 210 |
| 144 | | 216 | | 216 | | 216 | |
| **ИТОГО по программе: 792 часа** | | | | | | | | | | |