



Утверждено
 Директор МБУ ДО "СДЮСШОР
 им. В.Г. Путинцева"

Н.Н. Захаров
 "09" сентября 2017

Учебный план обучающихся отделения скалолазания
 по дополнительной предпрофессиональной программе
 на 2017 учебный год

Предметные области	Этапы подготовки										Этап совершенствования спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап								
Год обучения	1	2	1	2	3	4	5				1
Теоретическая подготовка (час)	13	18	27	27	40	40	40				47
Физическая подготовка (час)	67	90	134	134	202	202	202				236
ОФП (час)	47	58	97	97	100	100	100				70
СФП (час)	20	32	37	37	102	102	102				166
Избранный вид спорта (час)	121	162	242	242	364	364	364				425
Техническая подготовка (час)	113	151	225	225	340	340	340				397
Тактическая подготовка (час)	8	11	17	17	24	24	24				28
Специальные навыки (час)	42	54	83	83	123	123	123				143
Спортивное и специальное оборудование (час)	27	36	54	54	81	81	81				94
Количество часов в неделю	6	8	12	12	18	18	18				21
Количество часов за 45 недель	270	360	540	540	810	810	810				945