



**Учебный план
на 46 недель учебно-тренировочных занятий по баскетболу**

Виды подготовки	ЭНП			ТЭ				
	1-й	2-й	3-й	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й
Обязательные предметные области								
Теоретическая	10	14	14	16	16	20	20	20
Общая физическая	74	122	122	124	124	156	174	174
Специальная физическая	46	80	80	97	97	147	166	166
Техническая	62	104	104	108	108	142	158	158
Тактическая	44	77	77	98	98	127	143	143
Игровая	50	86	86	96	96	132	150	150
Контрольные и календарные игры	18	37	37	49	49	68	77	77
Вариативные предметные области								
Восстановительные мероприятия	-	-	-	29	29	34	36	36
Инструкторская и судейская практика	-	-	-	29	29	34	36	36
Специальные навыки	8	8	8	10	10	12	22	22
Различные виды спорта	36	40	40	40	40	40	60	60
Всего часов	276	368	368	552	552	736	828	828