

БОКС

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ	Начальная подготовка		Учебно- тренировочные группы		Спортивное совершенствование	ВСЕГО
		До года	Более года	До 2-х лет	Свыше 2-х лет		
1.	Теория	6	6	44	24	40	120
2.	Практика:						
2.1.	ОФП	178	249	512	263	312	1514
2.2.	СФП	90	90	284	265	525	854
2.3.	Технико-тактическая подготовка	30	113	340	350	525	1358
2.4.	Участие в соревнованиях	-	-	36	24	12	72
3.	Углублённое медицинское обследование	4	4	8	4	8	28
4.	Восстановительные мероприятия	-	-	16	10	18	44
5.	Инструкторская практика	-	-	8	6	16	30
	ВСЕГО:	308	462	1204	946	1444	3994

Заместитель директора по УВР  С.Н. Щукина