



Утверждаю
директор МБУ ДОД СДЮСШОР № 7
по водным видам спорта г. Челябинска

С.А. Граборов

**Учебный план МБУ ДОД СДЮСШОР № 7 отделения плавания
на 2014-2015 учебный год**

<i>Разделы программы</i>	<i>Этап начальной подготовки</i>			<i>Тренировочный этап</i>					<i>Этап совершенств ования спортивного мастерства</i>	<i>Этап высшего спортивного мастерства</i>
	<i>1-й год</i>	<i>2-й год</i>	<i>3-й год</i>	<i>1-й год</i>	<i>2-й год</i>	<i>3-й год</i>	<i>4-й год</i>	<i>5-й год</i>		
Общая физическая подготовка	194	243	243	328	328	354	354	354	292	216
Специальная физическая подготовка	69	117	117	204	204	364	364	364	698	864
Техническая подготовка	46	99	99	138	138	208	208	208	220	286
Тактическая подготовка				43	43	62	62	62	146	164
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	3	9	9	15	15	52	52	52	100	134
Общее количество часов	312	468	468	728	728	1040	1040	1040	1456	1664