



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

С.А. Граборов

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

<i>Разделы программы</i>	<i>Группы начальной подготовки</i>			<i>Учебно-тренировочные группы</i>					<i>Группы спортивного совершенствования</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>	<i>1-й год</i>	<i>2-й год</i>	<i>3-й год</i>
Общая физическая подготовка	153	231	231	100	100	159	159	159	198	193	193
Специальная физическая подготовка	63	93	93	115	115	176	176	176	256	271	271
Техническая подготовка	41	62	62	277	277	405	405	405	529	644	644
Тактическая подготовка	11	18	18	33	33	40	40	40	33	77	77
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика	8	10	10	27	27	48	48	48	88	103	103
Общее количество часов	276	414	414	552	552	828	828	828	1104	1288	1288