

"Утверждаю"
Директор МБУДО "СШОР "Фаворит"

Лилейко А.С.

2025 г.

УЧЕБНЫЕ ПЛАН НА 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

Отделение "Бокс"

№	содержание занятий	Кол-во часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Теоретические занятия	255	20	24	24	24	24	27	24	24	24	20		20
2	ОФП	96	6	5	5	5	9	4	7	5	5	5	20	20
3	СФП	178	15	18	18	15	20	13	13	13	13	5	15	20
4	Техническая подготовка	256	20	16	18	18	20	15	18	18	19	40	40	14
5	Тактическая подготовка	92	5	10	10	12	9	13	13	10	10			
6	Контрольные соревнования	51	4	5	2	2	6	3	8	6		8	3	4
7	Участие в соревнованиях	80		11	13	10	6	10	10	10	10			
8	Контрольные нормативы	16		8							8			
9	Медицинское обследование	16	8							8				
	Итого:	1040	78	97	90	86	94	85	93	94	89	78	78	78
	Учебный план ГСС - 1,2												отпуск	

№	содержание занятий	Кол-во часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Теоретические занятия	146	14	15	14	10	10	12	10	9	12	20		20
2	ОФП	119	13	9	7	8	7	8	8	8	9	11	20	11
3	СФП	127	11	13	11	11	11	10	10	8	11	10	12	9
4	Техническая подготовка	193	20	14	14	19	15	9	10	13	15	25	18	21
5	Тактическая подготовка	110	11	9	15	12	11	8	9	13	14	5		3
6	Контрольные соревнования	40	3	6	6	6	3	3	3	3	4			3

7	Участие в соревнованиях	85		11	10	10	11	10	11	9	11			2
8	Контрольные нормативы	6		3						3				
9	Медицинское обследование	6	3						3					
	Итого:	832	75	80	77	76	68	60	64	66	76	71	50	69
Учебный план УТГ - 3,4,5													отпуск	

№	содержание занятий	Кол-во часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Теоретические занятия	116	9	13	12	14	10	10	13	9	12	14		
2	ОФП	94	7	5	3	5	7	6	5	3	3	6	22	22
3	СФП	73	7	6	5	8	5	6	6	4	4	4	9	9
4	Техническая подготовка	125	10	12	10	10	10	12	12	10	9	10	10	10
5	Тактическая подготовка	52	8	3	6	2	4	2	2	10	7	8		
6	Контрольные соревнования	20		4	2			2	1	2	3		3	3
7	Участие в соревнованиях	28			4	3	4	4	4	5	4			
8	Контрольные нормативы	6		3						3				
9	Медицинское обследование	6	3						3					
	Итого:	520	44	46	42	42	40	42	46	46	42	42	44	44
Учебный план УТГ - 1,2													отпуск	

№	содержание занятий	Кол-во часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Теоретические занятия	34	2	4	3	3	4	4	4	2	4	4		
2	ОФП	88	6	6	6	5	6	6	6	6	6	5	15	15
3	СФП	35	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
4	Техническая подготовка	69	9	5	3	5	4	5	5	5	5	9	7	7
5	Тактическая подготовка	47	6	6	3	4	3	5	6	6	3	5		
6	Контрольные соревнования	21		2	2	2	2	2	2	2	3		2	2
7	Участие в соревнованиях	10		2	2	2			2	2				
8	Контрольные нормативы	4			2						2			
9	Медицинское обследование	4	2							2				
	Итого:	312	28	28	24	24	22	24	28	28	26	26	27	27

Учебный план НП - 2,3

отпуск-
самоподг.

№	содержание занятий	Кол-во часов	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август
1	Теоретические занятия	21	5		3		1	2	3			3	3	
2	ОФП	65	4	6	3	5	4	4	4	6	4	5	11	10
3	СФП	26	4	4	2	2	2	2	2	2	2	2		6
4	Техническая подготовка	60	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6		
5	Тактическая подготовка	28	1	2	2	4	2	4	2	2	2	4		3
6	Контрольные соревнования	21		2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
7	Участие в соревнованиях	5		1		1	1		1	1				
8	Контрольные нормативы	4			2						2			
9	Медицинское обследование	4	2							2				
	Итого:	234	22	21	20	20	18	20	20	21	18	22	15	21

Учебный план НП - 1

отпуск-
самоподг.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ "СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА
"ФАВОРИТ"**, Лилейко Андрей Сергеевич, Директор

08.07.25 12:28 (MSK)

Сертификат FEBFB5B2941F46BBC8DA01CDC244C06D