

План-график распределения программного материала
для спортивно оздоровительной группы № 16 на 2021 -2022 учебный год
по виду спорта «Бокс»
Тренер-преподаватель по боксу Мостайкин С.В. 5 час/нед (46 недель)

№ п/п	Месяц Предметные области	сент	окт.	нояб.	дек.	январь.	фев	март	апр.	май		июнь	июль август	август	всего часов		
											Промежуточная аттестация		Каникулы 6 недель				
1.	Теоретическая подготовка	1	2	2	1	1	1	1	1	-				1		1	12
2.	Общая физическая подготовка	13	10	12	14	8	9	13	10	6				15		7	117
3.	Специальная физическая подготовка	10	8	6	10	6	13	11	11	8				9		5	97
4.	Аттестация (контрольно- переводные испытания, тестирование)	-	-	-	-	-	-	-	-	4				-		-	4
	Итого часов	24	20	20	25	15	23	25	22	18		25		13	230		