

**План-график распределения программного материала
для спортивно оздоровительной группы № 28 на 2021 -2022 учебный год
по виду спорта «Кикбоксинг»
Тренер-преподаватель по кикбоксингу Юнусов А.А. 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	1	2	1	1	1	1	1	1				1		1	12
2.	Общая физическая подготовка	13	12	11	12	8	12	13	10	8				13		5	117
3.	Специальная физическая подготовка	9	7	6	10	6	11	13	11	7				11		6	97
4.	Аттестация (контрольно-переводные испытания, тестирование)	-	-	-	-	-	-	-	-	4				-		-	4
	Итого часов	23	20	19	23	15	24	27	22	20		25		12	230		