



Тренер-преподаватель – Гончар Виктор Васильевич

[illegible]

Недели		5					6					7					8			
№ Занятий		35-36	37-38	39-40	41-42	43	44-45	46-47	48-49	50-51	52	53-54	55-56	57-58	59-60	61	62-63	64-65	66-67	68
Дата		13.10	14.10	15.10	16.10	17.10	20.10	21.10	22.10	23.10	24.10	27.10	28.10	29.10	30.10	31.10	03.11	05.11	06.11	07.11
Продолжительность занятий		90	90	90	90	45	90	90	90	90	45	90	90	90	90	45	90	90	90	45
Гигиенич. требования и предупрежд. травматизма	т	15		15				15												
	п	15		15				15												
Общефизическая подготовка	т		15				15													
	п		30				30		60			30		45	30		45		45	
Специальная физическая подготовка	т					15				15				15						
	п			30	60	30				30		60		30					45	
Технико-тактическая подготовка	т	15						15					15							
	п	45					45	45		45			30		60			45		
Игры с партнером. Учебные игры	т										15							15		15
	п			30					30		30		45					30		30
Психологическая подготовка	т		15		15															
	п		30		15															
Подготовка и участие в соревнованиях	т															15				
	п															30	45			

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Недели		22					23					24				25				
№ Занятий		173-174	175-176	177-178	179-180	181	182-183	184-185	186-187	188-189	190	191-192	193-194	195-196	197	198-199	200-201	202-203	204-205	206
Дата		09.02	10.02	11.02	12.02	13.02	16.02	17.02	18.02	19.02	20.02	24.02	25.02	26.02	27.02	02.03	03.03	04.03	05.03	06.03
Продолжительность занятий		90	90	90	90	45	90	90	90	90	45	90	90	90	45	90	90	90	90	45
Гигиенич. требования и предупрежд. травматизма	т	15		15				15												
	п	15		15				15												
Общефизическая подготовка	т		15				15													
	п		30				30		60				45	30		45		45		
Специальная физическая подготовка	т					15				15			15							
	п			30	60	30				30			30					45	60	
Технико-тактическая подготовка	т	15						15				15								
	п	45					45	45		45		30		60			45		30	
Игры с партнером. Учебные игры	т										15						15			15
	п			30					30		30	45					30			30
Психологическая подготовка	т		15		15															
	п		30		15															
Подготовка и участие в соревнованиях	т														15					
	п														30	45				

[illegible]

Недели		30					31					32					33				
№ Занятий		241-242	143-244	245-246	247-248	249	250-251	252-253	254-255	256-257	258	259-260	261-262	263-264	265-266	267	268-269	270-271	272-273	274-275	276
Дата		06.04	07.04	08.04	09.04	10.04	13.04	14.04	15.04	16.04	17.04	20.04	21.04	22.04	23.04	24.04	27.04	27.04	28.04	29.04	30.04
Продолжительность занятий		90	90	90	90	45	90	90	90	90	45	90	90	90	90	45	90	90	90	90	45
Гигиенич. требования и предупрежд. травматизма	т	15		15				15													
	п	15		15				15													
Общефизическая подготовка	т		15				15														
	п		30				30		60			30		45	30		45		45		
Специальная физическая подготовка	т					15				15				15							
	п			30	50	30				30		60		30					45	60	
Технико-тактическая подготовка	т	15						15					15								
	п	45					45	45		45			30		60			45		30	
Игры с партнером. Учебные игры	т										15							15			15
	п			30					30		30		45					30			30
Психологическая подготовка	т		15		10																
	п		30		30																
Подготовка и участие в соревнованиях	т															15					
	п															30	45				

Недели		34					35					
№ Занятий		277- 278	279- 280	281- 282	283- 284	285	286- 287	288	289	290- 291	292- 293	294
Дата		04.05	05.05	06.05	07.05	08.05	11.05	12.05	12.05	13.05	14.05	15.05
Продолжительность занятий		90	90	90	90	45	90	45	45	90	90	45
Гигиенич. требования и предупрежд. травматизма	т											
	п											
Общефизическая подготовка	т											
	п	45	45	35	45							
Специальная физическая подготовка	т											
	п	15	25	35	20	45		15				
Технико-тактическая подготовка	т											
	п	30	20	20	25			30				
Игры с партнером. Учебные игры	т											
	п											
Психологическая подготовка	т											
	п											
Подготовка и участие в соревнованиях	т											
	п											
Подведение итогов обучения	Т											
	п						90					