УТВЕРЖДАЮ
Исполняющий обязанности директора
МБУ ДО «СШОР по боксу «Алмаз» г.Челябинска
_____ Г.А. Надымова
Приказ от 12.01.2026г №01-07/1

Учебно-тренировочный план
по дополнительной общеразвивающей программе «Бокс»
на 2026 год

№ п\п	Виды подготовки	Этапы и годы подготовки				
		1 этап «Новичок»	2 этап «Продвинутый»		3 этап «Профи»	
		1 год обучения	1 год обучения	2-3 год обучения	1 год обучения	2-3 год обучения
		Недельная нагрузка в часах				
		3	3	4,5	4,5	4,5
		Количество учебных недель				
		42	42	42	42	42
		Общее количество часов в год				
		126	126	189	189	189
1	**Теоретическая подготовка**	**4**	**4**	**4**	**4**	**4**
2	**Практическая подготовка:**	**120**	**120**	**183**	**181**	**181**
2.1	Общая физическая подготовка	76	56	54	50	45
2.2	Специальная физическая подготовка	44	32	62	61	61
2.3	Технико-тактическая подготовка (школа бокса)	-	32	65	65	65
	Участие в соревнованиях	-	-	2	5	10
3	**Контрольное тестирование (выполнение норм ВФСК ГТО)**	**2**	**2**	**2**	**2**	**2**
	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	**2**	**2**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 406075372527730394131178566018224477597821737419

Владелец Репкин Владимир Борисович

Действителен С 19.05.2026 по 19.05.2027