Календарный учебный график на 2023/2024 тренировочный год по виду спорта баскетбол.

Содержание занятий	Кол-во часов	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август
					ГНП	-2							
1.Теоретические занятия (тактическая, теоретическая,	74	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	7	6
психологическая подготовка)													
2. Практические занятия													
Общефизическая подготовка	72	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Специальная физическая подготовка	66	6	6	6	6	5	6	6	5	5	5	5	5
Техническая подготовка	142	12	12	12	12	11	12	12	12	12	12	11	12
Инструкторская и судейская практика	-												
Медицинские, восстановительные, контрольные мероприятия	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3. Участие в соревнованиях	-												
4. Интегральная подготовка	50	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4
Всего в часах	416	35	35	35	35	35	35	35	35	34	34	34	34
		,			УТГ	-1			•				
1.Теоретические занятия (тактическая, теоретическая,	82	7	7	7	7	6	7	7	7	6	7	7	7

психологическая													
подготовка) 2. Практические занятия													
Общефизическая	72	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
подготовка													
Специальная физическая	84	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
подготовка													
Техническая подготовка	132	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
Инструкторская и судейская практика	6			1	1	1		1	1	1			
Медицинские,	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
восстановительные,													
контрольные													
мероприятия	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
3. Участие в соревнованиях	48	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4. Интегральная	84	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
подготовка													
Всего в часах	520	43	43	44	44	43	43	44	44	43	43	43	43
					УТГ	-2							
1.Теоретические занятия	82	7	7	7	7	6	7	7	7	6	7	7	7
(тактическая,													
теоретическая,													
психологическая подготовка)													
2. Практические занятия													
Общефизическая	72	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
подготовка		Ü			Ü		Ü		Ü			Ü	Ü
Специальная физическая	84	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
подготовка													
Техническая подготовка	132	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
Инструкторская и	6			1	1	1		1	1	1			
судейская практика													
Медицинские,	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
восстановительные,													

контрольные													
мероприятия													
3. Участие в	48	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
соревнованиях	10	·	•	•	•			•					
4. Интегральная	84	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
подготовка	0.1	,	,	,	,	,	,	,	,	,	,	'	,
Всего в часах	520	43	43	44	44	43	43	44	44	43	43	43	43
				1	УТГ	l		1			1		
1.Теоретические занятия	132	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
(тактическая,													
теоретическая, психологическая													
подготовка)													
2. Практические занятия	0.4	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
Общефизическая	84	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
подготовка	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Специальная физическая	108	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
подготовка	122	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1	1.1
Техническая подготовка	132	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
Инструкторская и	6	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0
судейская практика													
Медицинские,	14	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1
восстановительные,													
контрольные													
мероприятия													
3. Участие в	48	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
соревнованиях													
4. Интегральная	100	8	8	8	8	9	8	8	8	8	9	9	9
подготовка													
Всего в часах	624	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52	52