

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, психологическая подготовка)	74	6	6	6	6	7	6	6	6	6	6	7	6
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

