

Учебный план учебно-тренировочных занятий

№ п/п	Виды подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
1.	Теоретическая подготовка	4
2.	Общая физическая подготовка	30
3.	Специальная физическая подготовка	15
4.	Игровая подготовка	23
Общее количество часов		72

Учебный план по теоретической подготовке

Тема	СОГ
Физическая культура и спорт в России	1
Состояние и развитие баскетбола в России	0,5
Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена	0,5
Влияние физических упражнений на организм спортсмена	0,5
Профилактика травматизма в спорте	0,5
Физические качества и физическая подготовка	1
Всего часов	4