

4. Учебный план

№ п/п	Наименование курса	Кол-во часов 1 год обучения			Кол-во часов 2 год обучения			Формы проведения промежуточной (итоговой) аттестации/ контроля
		Всего часов	теория	практика	Всего часов	теория	практика	
1.	Физическая подготовка	120	10	110	120	4	116	тестирование, спортивные состязания, эстафеты/ выполнение контрольных упражнений
2.	Основы пауэрлифтинга	120	2	118	120	2	118	Соревнования/ выполнение контрольных упражнений, внутри групповые соревнования
	ИТОГО:	240	12	228	240	6	234	