

1. 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	216	16	200	240	5	235	тестирование, спортивные состязания, эстафеты/ выполнение контрольных упражнений
2.	Основы пауэрлифтинга	216	10	206	192	3	189	Соревнования/ выполнение контрольных упражнений, внутри групповые соревнования
	ИТОГО:	432	26	406	432	8	424	