

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4DAADF6C-4603-9FF7-A9A3-37A5434602D4

Владелец: Поляшенко Александр Николаевич

16.06.2025 01:00 (МСК)



Календарный учебный график программы 2024-2025 учебный год (СО спортивная борьба)

Содержание	Период тренировок												
	часы	сен	окт	ноя	дек	январь	фев	мар	апр	май	июнь	июль	авг
Теоретические сведения.	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
Общая физическая подготовка (ОФП)	60	6	7	5	7	5	5	6	6	5	6		2
Избранный вид спорта вольная борьба	108	11	11	11	11	8	10	10	12	8	12		4
Подвижные игры	60	7	6	6	6	5	5	6	6	5	6		2
Страховка и само страховка	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
Система контроля и зачетные требования	2									2			
Медицинское обследование	Справка												
Соревнования	Согласно календарному плану физкультурных и спортивно-массовых мероприятий												
ВСЕГО ЧАСОВ	252	26	26	24	26	20	22	24	26	22	26		10

Тренер отделения

Хордаев М.П.

Зам. директора по УВР

Мухачева Н.В.