

16.06.2025 01:00 (MCK)

ОБРАЗОВАНИЕ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА
РАЙОННОГО УРОВНЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
СЕВЕРНЫЙ РАЙОН

Содержание	Период тренировок												
	часы	сен	окт	ноя	дек	январь	фев	мар	апр	май	июнь	июль	авг
Теоретические сведения по виду спорта	11	1	1	1	1		2	1	2	1	1		
Общая физическая подготовка (ОФП)	60	5	5	5	5	10	5	5	7	8	5		
Избранный вид спорта	126	13	17	13	13	6	11	13	10	10	10		10
Подвижные игры	33	3	3	3	3	2	4	3	3	3	6		
Тактическая и психологическая подготовка	20	2	2	2	4		2	2	4		2		
Контрольные испытания	2									2			
Соревнования	Согласно календарному плану физкультурных и спортивно-массовых мероприятий												
ВСЕГО ЧАСОВ	252	24	28	24	26	18	24	24	26	24	24		10

Chen

Play

Мухачева Н.В.