

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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

Владелец: Поляшенко Александр Николаевич

16.06.2025 01:00 (МСК)



А.Н. Поляшенко

Календарный учебный график программы 2024-2025 учебный год (СО легкая атлетика)

Содержание	Период тренировок												
	часы	сен	окт	ноя	дек	январь	фев	мар	апр	май	июнь	июль	авг
Теоретические сведения по виду спорта	20	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2		1
Общая физическая подготовка (ОФП)	60	7	6	6	6	7	6	5	6	4	5		2
Избранный вид спорта	130	14	13	12	13	11	12	13	13	12	12		5
Подвижные игры	20	1	3	2	3	1		2	1	3	2		1
Тактическая и психологическая подготовка	20	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2		1
Контрольные испытания, тестирование	2									2			
Соревнования	Согласно календарному плану физкультурных и спортивно-массовых мероприятий												
ВСЕГО ЧАСОВ	252	26	26	24	26	22	22	24	24	24	24		10

Тренер отделения

Зорихина А.Е.

Зам. директора по УВР

Мухачева Н.В.