



УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУДО «СШ Курманаевского района»

В.В.Василевич

Приказ № 107 от 29.08.2023 г.

Годовой учебно-тренировочный план СОГ
отделения «легкая атлетика» на 2023-24 учебный год

Виды подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
Общая физическая подготовка	226
Специальная физическая подготовка	
Участие в спортивных соревнованиях	8
Техническая подготовка	46
Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	26
Инструкторская и судейская практика	-
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6
Всего часов	312