



«Утверждаю»
Директор МБУ ДО СШ «ОЛИМП»
А.А.Демченко
2023г.

Учебный план по образовательной программе спортивной подготовки по легкой атлетике на 2023-2024 учебный год

№ пп	Виды подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы подготовки		
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный
		2-й год	3-й год	3-й год
1	Общая физическая подготовка	225	300	387
2	Специальная физическая подготовка			
3	Участие в спортивных соревнованиях	6	8	25
4	Техническая подготовка	50	67	112
5	Тактическая, теоретическая, психологическая		33	56
6	Инструкторская и судейская практика	-	-	19
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование, контроль	6	8	25
8	Общее кол-во часов в год	312	416	624