

План для вида спорта "легкая атлетика" ТГ 4

№ п/п	Разделы подготовки	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Итого
1	Общая физическая подготовка	26	26	27	26	26	26	26	27	26	26	26	26	314
2	Специальная физическая подготовка	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	108
3	Участие в спортивных соревнованиях	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	38
4	Техническая подготовка	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	144
5	Тактическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	48
6	Теоретическая подготовка	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	21
7	Психологическая подготовка	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	7
8	Инструкторская и судейская подготовка	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	27
9	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	21
	Общий итог	60	61	62	61	61	60	60	62	61	60	60	60	728