

**Годовой план-график распределения учебных часов отделения легкой атлетики
общеразвивающей программы для спортивно-оздоровительных групп**

№	Содержание	часы	Месяцы											
			9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Теоретическая подготовка	8	1	1	1	1	1	1	1	1				
2	Практика	176												
2.1	Общая физическая подготовка	88	8	10	8	8	8	8	8	10	8	8	4	8
2.2.	Избранный вид спорта	60	7	7	7	4	3	5	7	5	3	8	4	7
2.3.	Другие виды спорта	20	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2
2.4	Контрольные испытания	8				4					4			
	ИТОГО:	184	18	20	18	18	14	16	18	18	16	18	10	18