УТВЕРЖДАЮ»
Директор НОУ ДПО «ССК «Десантник»

_____ С.В. Апалихин

30 августа 2023 г.

Учебный план
учебно-тренировочных занятий спортивно-оздоровительного этапа

№ п/п	Разделы подготовки	Спортивно-оздоровительный этап
		Весь период
1.	Общая физическая подготовка	100
2.	Специальная физическая подготовка	41
3.	Техническая подготовка	132
4.	Тактическая подготовка	16
5.	Теоретическая подготовка	9
6.	Психологическая подготовка	8
7.	Текущие контрольные нормативы	6
8.	Участие в соревнованиях	Вне плана
9.	Медицинский осмотр	Вне плана
Общее количество часов		312

Заместитель директора по учебной части Д. Орлов