



Учебный план
по виду спорта плавание на 2024-2025 учебный год.

№ п.п.	Разделы плана	СОГ (социальный заказ)
	Количество часов в неделю	4
1	Теоретическая подготовка	16 (9%)
2	Общая физическая подготовка	90 (50%)
3	Специальная физическая подготовка	-
4	Техническая подготовка	68 (38%)
5	Психологическая, тактическая подготовка	4 (2%)
6	Участие в соревнованиях	2 (1%)
7	Инструкторская и судейская практика	-
8	Тестирование и контроль	-
	Всего	180

**Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия - за пределами учебно-тренировочного времени на усмотрение тренера-преподавателя*

Заместитель директора по МР  С.В.Шафоростова