



**Учебный план распределения учебных часов для группы СОЭ по тяжелой атлетике
на 2017-2018 учебный год.**

Месяцы	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
Теоретические занятия	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Общая физическая подготовка	15	14	15	13	13	9	15	14	14	14	14	14
Специальная физическая подготовка	5	5	5	5	5	5	7	7	7	7	7	7
Технико-тактическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Самостоятельная работа												
Зачетные требования	2								2			
Всего за месяц	25	22	23	21	21	17	25	24	26	24	24	24
Всего за год	276 ч											