

СОГЛАСОВАНО  
 Заместитель директора по УР  
 Курмашева З.З.  
 « 2022г.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ГББОУ УКСИВТ  
 Кунсбаев С.З.  
 2022г.

**ПЛАН РАБОТЫ  
 кружка по легкой атлетике  
 Уфимского колледжа статистики, информатики  
 и вычислительной техники  
 на 2022-2023 учебный год**

*СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА „ТАН“*

Руководитель кружка: Хабибов Р.Г.

№ п/п	Наименование мероприятий	Срок исполнения	Ответственный	Отметка о выполнении
<b>Организационная работа</b>				
1	Опрос обучающихся и выявление кандидатов в спортивную секцию	до 7.09.22г..	Хабибов Р.Г.	
2	Общий сбор занимающихся, знакомство, анализ технико-тактической подготовленности студентов.	до 15.09.22г.	Хабибов Р.Г.	
3	Составление расписания тренировок	до 7.09.22г.	Хабибов Р.Г.	
<b>Теоретические сведения</b>				
1	Врачебный контроль и самоконтроль. Физиологические основы спортивной тренировки.	Первая тренировка	Хабибов Р.Г.	
2	Техническая подготовка. Тактическая подготовка.	В течение года	Хабибов Р.Г.	
3	Психологическая подготовка.	В течение года	Хабибов Р.Г.	
4	Правила соревнований по легко-атлетике.	Первый семестр	Хабибов Р.Г.	
<b>Практические занятия</b>				
1	Проведение товарищеских встреч	В течение года	Хабибов Р.Г.	
2	Общая физическая подготовка	В течение года	Хабибов Р.Г.	
3	Специальная физическая подготовка	В течение года	Хабибов Р.Г.	
4	Техника бега на различные дистанции	В течение года	Хабибов Р.Г.	
5	Тактика бега на различные дистанции	В течение года	Хабибов Р.Г.	

6	Соревнования	В течение года	Хабибов Р.Г.
---	--------------	----------------	--------------

Руководитель кружка Хабибов Р.Г. / Хабибов Р.Г..

**ПЛАН РАБОТЫ**  
 кружка по легкой атлетике  
 Уфимского колледжа статистики, информатики  
 и вычислительной техники  
 на 2022-2023 учебный год

Руководитель кружка: Хабибов Р.Г.

№ п/п	Наименование мероприятия	Срок исполнения	Отсутствия	Отметка о выполнении
<b>Организационная работа</b>				
1	Сперво ознакомление и введение в спортивную секцию	до 7.09.22г.	Хабибов Р.Г.	
2	Общий обзор занимающихся, максимум, анализ технико-тактической подготовленности студентов.	до 15.09.22г.	Хабибов Р.Г.	
3	Составление расписания тренировок	до 7.09.22г.	Хабибов Р.Г.	
<b>Теоретические сведения</b>				
1	Врачебный контроль и самоконтроль физиологические основы спортивной тренировки	Первая тренировка	Хабибов Р.Г.	
2	Теоретическая подготовка	В течение года	Хабибов Р.Г.	
3	Тактическая подготовка	В течение года	Хабибов Р.Г.	
4	Процедура соревнований по легкой атлетике.	Первый семестр	Хабибов Р.Г.	
<b>Практические занятия</b>				
1	Проведение товарищеских встреч	В течение года	Хабибов Р.Г.	
2	Общая физическая подготовка	В течение года	Хабибов Р.Г.	
3	Специальная физическая подготовка	В течение года	Хабибов Р.Г.	
4	Технические бег на различные дистанции	В течение года	Хабибов Р.Г.	
5	Тактика бег на различные дистанции	В течение года	Хабибов Р.Г.	