



Утверждаю:
 Директор МБОУ ДО КСШ "Надежда"
 Е.Н. Кузнецова

01 октября 2024 г.

Годовой учебно-тренировочный план по футболу с 01.10.2024

№ п/п	Виды подготовки и иные мероприятия (футбол)	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
		Недельная нагрузка в часах					
		4,5	6	10	12	16	18
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	4	4-8
		Минимальная наполняемость групп (человек)					
		14	14	12	12	6	4
		Максимальная наполняемость (ПРИКАЗ от 3 августа 2022 г. N 634, пункт 4,3)					
		28	28	24	24	12	8
1	Общая физическая подготовка	33	44	73	87	83	75
2	Специальная физическая подготовка	0	0	42	62	83	94
3	Участие в спортивных соревнованиях	0	6	42	50	83	94
4	Техническая подготовка	112	144	198	125	83	75
5	Тактическая подготовка, Психологическая подготовка, Теоретическая подготовка	5	6	42	75	166	262
6	Инструкторская практика, Судейская практика	0	0	10	12	33	19
7	Медицинские, медико-биологические мероприятия, Восстановительные мероприятия, Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	9	12	10	50	67	75
8	Интегральная подготовка	75	100	103	162	233	243
Общее количество часов в год		234	312	520	624	832	936

Заместитель директора по МР

Е.А. Балужева