

Годовой учебный план по виду спорта «футбол» (52 недели в год)

Виды спортивной подготовки	Этапы спортивной подготовки															
	Этап начальной подготовки						Учебно-тренировочный этап								Совершенствование спортивного мастерства	
	1 год		2 год		3 год		1 год		2 год		3 год		4-5 год		ССМ-1	
	%	час.	%	час.	%	час.	%	час.	%	час.	%	час.	%	час.	%	час.
Количество часов в неделю	6		8		8		10		10		12		14		16	
Общая физическая подготовка	49	153	49	201	50	201	36	221	36	221	36	225	37	220	24	200
Специальная физическая подготовка	20	62	20	98	21	98	20	100	20	100	20	127	20	146	20	166
Техническая подготовка	23	72	23	90	23	90	33	165	33	165	33	206	33	238	32	266
Теоретическая подготовка	1	10	1	10	1	10	2	10	2	10	2	12	2	12	2	17
Тактическая подготовка	3	9	3	11	2	11	3	12	3	12	3	19	3	54	10	83
Психологическая подготовка	2	6	2	6	1	6	2	6	2	6	2	12	2	12	2	17
Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика	0	0	0	0	0	0	4	6	4	6	4	23	4	46	10	83
Общее количество часов в год	100	312	100	416	100	416	100	520	100	520	100	624	100	728	100	832
Продолжительность учебно-тренировочного занятия (час)		до 2		до 2		до 2		до 3		до 3		до 3		до 3		до 3
Максимальная наполняемость группы (чел)		16		14		14		14		14		10		10		12
Возраст для зачисления и перевода в группы (лет)								10		10		10		10		
Количество контрольных соревнований		2		2		2		3		3		3		3		4
Количество основных соревнований								2		2		2		2		3

Заместитель директора по СП

К.В. Кочетова