

УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК
распределения учебных часов по
футболу

Тренер-преподаватель Назарцев Ю.Н.

на 2023 – 2024 уч.г. группа **НП – 3 г.об.обучения**

УТВЕРЖДАЮ :
директор МБУДО г.Мценска «СПШ»

П.А.Распопов

« 31 » 08 20 23 г.

Приказ № 51/2

Периоды тренировок

№	Раздел подготовки	Часы за год	Сен.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Февр.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Август
1	ОФП	42	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1
2	СФП	-												
3	Участие в спортивных соревнованиях	-												
4	Техническая подготовка	136	12	11	9	12	13	9	11	12	12	8	14	13
5	Тактическая подготовка, Теоретическая психологическая	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	Инструкторская и судейская практика	-												
7	Медицинские, медико-биологические мероприятия,восстановительные мероприятия	14	1	1	1		1	1	1					
	Тестирование и контроль		2		2						2	2		
8	Интегральная подготовка	108	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
	Число часов в нед.	6												
	ИТОГО ЧАСОВ	312	26	26	26	26	28	24	26	26	28	24	28	24

УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК
распределения учебных часов по
футболу

Тренер-преподаватель Назарцев Ю.Н.

УТВЕРЖДАЮ :
директор МБУДО г. Мценска «СПШ»

П.А.Расопов

на 2023 – 2024 уч.г. группа УТГ – 3 г.об.обучения

« 31 » _____ 2023 г.

Периоды тренировок

№	Раздел подготовки	Часы за год	Сен.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Февр.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Август
1	ОФП	66	3	6	6	6	6	6	6	6	3	6	6	6
2	СФП	36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	Участие в спортивных соревнованиях	34	10								12	12		
4	Техническая подготовка	180	9	17	19	18	20	16	17	17	11		18	18
5	Тактическая подготовка, Теоретическая психологическая	72	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
6	Инструкторская и судейская практика	10	1	1	1	1		1		1		2	2	
7	Медицинские , медико-биологические мероприятия,восстановительные мероприятия Тестирование и контроль	18	3	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1
8	Интегральная подготовка	104	8	8	8	8	9	9	10	9	9	9	9	8
	Число часов в нед.	10												
	ИТОГО ЧАСОВ	520	43	43	44	43	45	42	43	43	47	40	45	42

футболу

Тренер-преподаватель Сташков С.О.

на 2023 – 2024 уч.г.группа **НП – 1 г.об.обучения**

« 31 » 20 23 г.

[illegible]

УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК
распределения учебных часов по
футболу

Тренер-преподаватель Сташков С.О.

на 2023 – 2024 уч.г. группа **НП – 3 г.об.обучения**

УТВЕРЖДАЮ:

директор МБУДО г.Мценска «СПШ»

П.А.Располов

« 31 » 08 20 23 г.

Периоды тренировок

№	Раздел подготовки	Часы за год	Сен.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Февр.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Август
1	ОФП	42	4	4	3	4	2	3	3	4	3	3	4	5
2	СФП	-												
3	Участие в спортивных соревнованиях	-												
4	Техническая подготовка	136	11	12	10	11	13	10	12	11	9	12	13	12
5	Тактическая подготовка,	12	1		1		1		1		1		1	
	Теоретическая			1		1		1		1		1		1
	психологическая													
6	Инструкторская и судейская практика	-												
7	Медицинские , медико-биологические мероприятия,восстановительные мероприятия	14	1		1	1	1	1	1	1		1	1	1
	Тестирование и контроль			2							2			
8	Интегральная подготовка	108	9	9	9	9	11	9	9	11	9	9	9	5
	Число часов в нед.	6												
	ИТОГО ЧАСОВ	312	26	28	24	26	28	24	26	28	24	26	28	24

УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК
распределения учебных часов по
футболу

Тренер-преподаватель Сташков С.О.

на 2023 – 2024 уч.г. группа **УТГ – 3 г.об.обучения**

УТВЕРЖДАЮ :
директор МБУДО г.Мпенса «СП»

П.А.Располов

« 31 » 08 20 23 г.

Периоды тренировок

№	Раздел подготовки	Часы за год	Сен.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Февр.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Август
1	ОФП	66	4	7	4	4	6	5	6	5	4	4	8	9
2	СФП	36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	Участие в спортивных соревнованиях	34	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
4	Техническая подготовка	180	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
5	Тактическая подготовка, Теоретическая психологическая	72	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
6	Инструкторская и судейская практика	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
7	Медицинские, медико-биологические мероприятия, восстановительные мероприятия	18	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
8	Интегральная подготовка	104	9	8	9	9	9	9	9	9	10	10	8	5
	Число часов в нед.	10												
	ИТОГО ЧАСОВ	520	43	44	43	43	45	42	43	44	43	43	45	42

УЧЕБНЫЙ ПЛАН-ГРАФИК
распределения учебных часов по
футболу

Тренер-преподаватель Николайчук А.Л.

на 2023 – 2024 уч.г. группа **НП – 2 г.об.обучения**

УТВЕРЖДАЮ :
директор МБУДО г.Мценска «СП»

П.А.Располов

« 31 » 08 2023 г.

Периоды тренировок

№	Раздел подготовки	Часы за год	Сен.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Февр.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Август
1	ОФП	42	4	4	3	4	2	3	3	4	3	3	4	5
2	СФП	-												
3	Участие в спортивных соревнованиях	-												
4	Техническая подготовка	136	10	10	12	11	13	10	12	9	12	12	13	12
5	Тактическая подготовка,	12			1		1		1		2		1	
	Теоретическая			1		1		1		1		1		
	психологическая													1
6	Инструкторская и судейская практика	-												
7	Медицинские, медико-биологические мероприятия, восстановительные мероприятия	14	1		1	1	1	1	1	1		1	1	1
	Тестирование и контроль			2							2			
8	Интегральная подготовка	108	9	9	9	9	11	9	9	11	9	9	9	5
	Число часов в нед.	6												
	ИТОГО ЧАСОВ	312	24	26	26	26	28	24	26	26	28	26	28	24