

УТВЕРЖДЕНО:
 Директор ОБАУ ДО ООСШ по футболу
 (наименование общеобразовательной организации)
 А.Ю. Фомин/
 подпись: _____ расшфровка подписи



УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН

Начальная подготовка 2 года обучения

7 часов в неделю, мин. возраст 8 лет

Виды подготовки	Всего часов	месяцы											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Общая физическая подготовка	50	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4
Специальная физическая подготовка													
Участие в спортивных соревнованиях													
Техническая подготовка	182	15	15	15	15	16	15	16	15	15	15	15	15
Тактическая подготовка	4					1	1		1	1			
Теоретическая подготовка	4		1	1								1	1
Психологическая подготовка	4	1			1		1				1		
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	4			2						2			
Инструкторская практика													
Судейская практика													
Медицинские и медико-биологические мероприятия	4					1	1		1				1
Восстановительные мероприятия	4				2						2		
Интегральная подготовка	108	10	10	8	8	9	9	9	9	8	8	10	10
Всего часов	364	30	30	31	30	31	30	30	30	30	31	30	31