

Годовой календарный учебный график на 46 недель тренировочной и соревновательной деятельности по Футболу (в часах)

1. Дополнительные общеразвивающие программы в области физической культуры и спорта.

1.1. Для спортивно-оздоровительного этапа, этапов начальной подготовки, учебно-тренировочного этапа.

№ п/п	Разделы подготовки	Общеразвивающие программы									
		СОЭ		Этап НП			УТ этап				
		СОГ		ГНП			УТГ				
		1 г.о.	2 г.о.	1 г.о.	2 г.о.	3 г.о.	4 г.о.	5 г.о.	6 г.о.	7 г.о.	8 г.о.
1.	Теория	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4
2.	ОФП	58	58	55	55	55	55	55	55	55	55
3.	СФП	8	8	33	33	33	33	33	33	33	33
4.	Техническая подготовка	61	61	109	109	109	109	109	109	109	109
5.	Тактическая подготовка	3	3	37	37	37	37	37	37	37	37
6.	Интегральная подготовка			28	28	28	28	28	28	28	28
7.	Учебные игры	4	4	6	6	6	6	6	6	6	6
8.	Участие в соревнованиях	-	-	4	4	4	4	4	4	4	4
9.	Промежуточная (итоговая) аттестация (тестирование)	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-
10.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	Всего часов	138		276							

2. Дополнительные предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта.

2.1. Для этапа начальной подготовки, тренировочного этапа.

№ п/п	Разделы подготовки	Этап начальной подготовки			Тренировочный этап				
		Период до 1 года	Период свыше 1 года		Начальная специализация		Углублённая специализация		
			1 год	2 год	3 год	1 год	2 год	3 год	4 год
		1.	Теория	4	4	4	6	6	6
2.	ОФП	55	55	55	55	55	46	46	46
3.	СФП	33	33	33	63	63	101	101	101
4.	Техническая подготовка	109	109	109	115	115	106	106	106
5.	Тактическая подготовка	37	37	37	55	55	65	65	65
6.	Интегральная подготовка	28	28	28	53	53	111	111	111
7.	Учебные игры	-	-	-	-	-			
8.	Участие в соревнованиях	8	8	8	19	19	23	23	23
9.	Промежуточная (итоговая) аттестация	2	2	2	2	2	2	2	2
10.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	-	-	-	-	-
	Всего часов	276			368		460		

Всего часов	13	13	13	13	13	12	13	13	14	-	7	14	138
--------------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	----------	----------	-----------	------------

ГПП, УТГ 1-8 годов обучения.

Разделы обучения	Количество часов	Помесячное распределение.												
		Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Предметная область «Теория и методика физической культуры и спорта»	4	1	1	-	-	1	-	-	-	-	-	1	-	-
Предметная область «Общая физическая подготовка»	55	5	6	5	5	5	5	6	5	5	5	5	-	3
Предметная область «Избранный вид спорта»: - техническая подготовка; - тактическая подготовка; - интегральная подготовка.	174/ 109 37 28	16	17	16	16	16	17	17	17	17	16	17	-	9
Предметная область «Специальная физическая подготовка»	33	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	-	2
Участие в соревнованиях	4	-	1	-	1	-	-	-	1	1	-	-	-	-
Инструкторская и судейская практика	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Тренировочный сбор	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Медико-восстановительные мероприятия	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Учебные игры	6	1								2	2			1
Промежуточная (итоговая) аттестация	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Итог.	276	26	28	24	25	25	25	27	26	27	28	-	15	

5. Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта

Этап начальной подготовки (период до 1 года, период свыше 1 года)

НП – 1,2,3 года обучения.

№ п/п	Разделы обучения	Количество часов	Помесячное распределение.												
			Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
1.	Предметная область «Теория и методика физической культуры и спорта»	4	1	1	-	-	1	-	-	-	-	-	1	-	-
2.	Предметная область «Общая физическая подготовка»	55	5	6	5	5	5	5	6	5	5	5	5	-	3
3.	Предметная область «Избранный вид спорта»: - техническая подготовка; - тактическая подготовка;	174/ 109 37	16	17	16	16	16	17	17	17	16	17	-	9	

	- интегральная подготовка.	28												
4.	Предметная область «Специальная физическая подготовка»	33	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	-	2
5.	Участие в соревнованиях	8	1	1		1	-	-	-	1	1	2	-	1
6.	Инструкторская и судейская практика	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7.	Самостоятельная работа	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8.	Тренировочный сбор	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
9.	Медико-восстановительные мероприятия	0	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10.	Промежуточная (итоговая) аттестация	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-
Итог.		276	26	28	24	25	25	25	27	26	27	28	-	15

**Тренировочный этап (период начальной специализации)
ТГ – 1,2 г.о.**

№ п/п	Разделы обучения	Количество часов	Помесячное распределение.											
			Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август
1.	Предметная область «Теория и методика физической культуры и спорта»	6	1	1			1	1		1	1		-	
2.	Предметная область «Общая физическая подготовка»	55	6	6	4	5	5	4	6	5	6	5	-	3
3.	Предметная область «Избранный вид спорта»: - техническая подготовка; - тактическая подготовка; - интегральная подготовка.	223 115 55 53	19	19	22	23	22	22	23	21	19	20	-	13
4.	Предметная область «Специальная физическая подготовка»	63	6	6	6	6	6	5	6	6	5	7	-	4
5.	Участие в соревнованиях	19	3	3	2	1	1	2	-	2	2	2	-	1
6.	Инструкторская и судейская практика	-											-	
7.	Самостоятельная работа	-											-	
8.	Тренировочный сбор	-											-	
9.	Медико-восстановительные мероприятия	-											-	
10.	Промежуточная (итоговая) аттестация	2									2		-	
Итог.		368	35	35	34	35	35	34	35	35	35	34	-	21

**Тренировочный этап (период углубленной специализации)
ТГ – 3,4,5 г.о.**

№ п/п	Разделы обучения	Количество часов	Помесячное распределение.											
			Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август
1.	Предметная область «Теория и методика физической культуры и спорта»	6	1	1	-	1	1	-	-	1	1	-	-	-
2.	Предметная область «Общая физическая подготовка»	46	5	5	4	4	4	4	5	5	4	4	-	2
3.	Предметная область «Избранный вид спорта»: - техническая подготовка; - тактическая подготовка; - интегральная подготовка.	282/ 106 65 111	27	27	27	27	27	27	27	26	26	27	-	14
4.	Предметная область «Специальная физическая подготовка»	101	10	10	9	10	9	10	9	9	10	10	-	5
5.	Участие в соревнованиях	23	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	-	1
6.	Инструкторская и судейская практика												-	
7.	Самостоятельная работа												-	
8.	Тренировочный сбор												-	
9.	Медико-восстановительные мероприятия												-	
10.	Промежуточная (итоговая) аттестация	2	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-
Итого.		460	45	46	42	44	43	43	43	44	45	43	-	22