

Утверждаю
директор МКУ ДО «СШ «Заря»
М.А. Корягин



**Учебный план
учебно-тренировочных занятий
вид спорта «Футбол»**

Разделы подготовки	Часов в год	сен	окт	ноя	дек	январь	февр	март	апр	май	июн	июл	авг
Теория	16	4	2		2		2	2	1	1	1	1	-
ОФП	103	14	11	7	3	6	5	9	8	7	11	14	8
СФП	42	2	2	4	4	3	5	8	5	3	5	1	
Техническая подготовка	95	13	8	8	7	6	5	5	7	8	7	14	7
Тактическая подготовка	76	2	8	10	10	9	8	8	6	9	4	2	
Соревновательная подготовка	58		3	5	8	8	9	2	7	6	6	3	1
Медико-восстанов мероприятия	20	1	2	2	2	2		2	2	2	2	1	2
Всего часов в год	410	36	36	36	36	34	34	36	36	36	36	36	18

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201159

Владелец Корягин Михаил Александрович

Действителен с 12.09.2023 по 11.09.2024