



В.М. Кшеминский
2023

**Учебный – план график распределения часов в спортивно-оздоровительной группе на 46 недель
учебно-тренировочных занятий обучающихся 6 лет (нагрузка 6 часов в неделю)**

№	Виды подготовки	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Всего
1.	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта футбол.	1		1										2
2.	Техника безопасности при занятиях футболом	1		1										2
3.	Общая физическая подготовка.	10	12	11	12	11	11	12	12	11	11	12	12	137
4.	Техническая подготовка	9	10	10	11	10	11	11	11	11	11	11	10	126
5.	Медицинские и медико- биологические мероприятия	1				1				1				3
6.	Тестирование и контроль	1	1			1	1			1	1			6
7.	Всего часов за 46 недель	23	23	23	23	23	23	23	23	24	23	23	22	276