



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБУ СПб № 2
Василеостровского района

М.П. Шестакова

ГОДОВОЙ ГРАФИК

выполнения тренировочных часов по программе дополнительного образования спортивной подготовки
и соревновательной деятельности (60 мин.) на 2023-2024 год
группа НП-2, НП-3 года (6 часов в неделю)
Отделение ФУТБОЛ

Содержание занятий	Часы	Месяц											
		Сент.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Фев.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Авг.
1. Практика													
Общая физ. подготовка	40	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	О	4
Интегральная подготовка	106	9	9	9	10	10	9	10	10	10	10	Т	10
Тактико-техн. мастерство	134	13	12	12	12	12	12	12	13	12	12	П	12
2. Теоретическая и психологическая подготовка	5	1			1						1	У	
4. Конт-перевод. нормат.	2		1							1		С	
5. Мед. обследование	1									1		К	
Самостоятельная работа	26											26	
Всего часов	312	27	26	25	26	25	24	25	27	28	27	26	26

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ГБУ СШ № 2
 Василеостровского района

М.Г. Пестякова

ГОДОВОЙ ГРАФИК

выполнения тренировочных часов по программе дополнительного образования спортивной подготовки
 и соревновательной деятельности (60 мин.) на 2023-2024 год
 группа УТЭ-1, УТЭ-2 года (10 часов в неделю)
 Отделение ФУТБОЛ

Содержание занятий	Часы	Месяц											
		Сент.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Фев.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Авг.
1. Практика	67	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	0	7
Общая физ. подготовка	67	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	0	7
Участие в спортивных соревнованиях	36	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	Т	3
Специальная физ. Подготовка	36	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	П	4
Интегральная подготовка	114	11	11	10	10	10	10	10	11	11	10	У	10
Тактико-техн. мастерство	182	17	17	17	16	16	16	16	16	17	17	С	17
Инструкторская и судейская практика	11	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	К	1
2. Теоретическая и психологическая подготовка	36	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3		3
4. Конт-перевод, нормат.	2		1							1			
5. Мед. обследование	1									1			
Самостоятельная работа	35											35	
Всего часов	520	37	39	37	36	35	35	35	36	39	36	35	37



ГODOVOЙ ГРАФИК

выполнения тренировочных часов по программе дополнительного образования спортивной подготовки
и соревновательной деятельности (60 мин.) на 2023-2024 год
группа УТЭ-3, УТЭ-4, УТЭ-5 года (12 часов в неделю)
Отделение ФУТБОЛ

Содержание занятий	Часы	Месяц											
		Сент.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Фев.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Авг.
1. Практика													
Общая физ. подготовка	93	9	9	9	8	8	8	8	9	9	8	О	8
Участие в спортивных соревнованиях	43	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	Т	4
Специальная физ. Подготовка	68	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6	П	6
Интегральная подготовка	162	14	15	15	15	15	14	15	15	14	15	У	15
Тактико-техн. мастерство	118	11	10	11	11	11	10	11	11	11	11	С	10
Инструкторская и судейская практика	18	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	К	1
2. Теоретическая и психологическая подготовка	81	7	8	7	7	7	7	8	8	8	7		7
4. Конт-перевод. нормат.	2		1							1			
5. Мед. обследование	2									1			
Самостоятельная работа	37											37	
Всего часов	624	41	43	42	41	41	39	42	43	44	41	37	40



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБУ ССЦ № 2
Василеостровского района

М.Г. Шестакова

ГОДОВОЙ ГРАФИК
выполнения тренировочных часов по программе дополнительного образования спортивной подготовки
и соревновательной деятельности (60 мин.) на 2023-2024 год
группа ССМ 1, ССМ-2 года (16 часов в неделю)
Отделение ФУТБОЛ

Содержание занятий	Часы	Месяц											
		Сент.	Окт.	Нояб.	Дек.	Янв.	Фев.	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Авг.
1. Практика													
Общая физ. подготовка	91	8	9	9	8	8	8	8	9	8	8	О	8
Участие в спортивных соревнованиях	83	8	8	7	7	7	7	7	8	8	8	Т	8
Специальная физ. Подготовка	91	9	8	8	8	9	8	9	8	8	8	П	8
Интегральная подготовка	232	21	21	21	21	21	21	22	21	21	21	У	21
Тактико-техн. мастерство	91	8	9	9	8	8	8	8	9	8	8	С	8
Инструкторская и судейская практика	33	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	К	3
2. Теоретическая и психологическая подготовка	165	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15		15
4. Конт-перевод. нормат.	2		1							1			
5. Мед. обследование	2		1										
Самостоятельная работа	42											42	
Всего часов	832	52	56	54	52	52	52	53	54	54	52	42	52