

УТВЕРЖДАЮ:

Директор
 ЧОУ ДО «Учебная Развивающая
 Ассоциация УРА»
 _____ Крапивин А.Н.

План-график подготовки на год
 Нагрузка для обучающихся 6-10 лет (3 часа в неделю)

№	Виды подготовки	Всего часов на вид подготовки	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
1	Общая физическая подготовка	50	6	6	6	6	6	6	6	4	4
2	Специальная физическая подготовка	10			2	2	2	2	2		
3	Технико-тактическая подготовка	48	6	6	4	4	4	4	4	8	8
4	Контрольные нормативы и соревнования	4		1		1			1		1
5	Всего (36 недель)	108	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Расписание занятий

по программе «ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ С ЭЛЕМЕНТАМИ ФУТБОЛА»

№п/п	Место проведения занятий	Пн. Время начала занятий	Вт. Время начала занятий	Ср. Время начала занятий	Чт. Время начала занятий	Пт. Время начала занятий	Сб. Время начала занятий	Вс. Время начала занятий
1	МБОУ Школа № 52	17-00-17-45 18-00-18-45		17-00-17-45 18-00-18-45		17-00-17-45 18-00-18-45		
2	МБОУ Школа № 46		17-00-17-45 18-00-18-45		17-00-17-45 18-00-18-45		14-00-14-45 15-00-15-45	
3	МБОУ Школа № 54	17-00-17-45		17-00-17-45		17-00-17-45		