



УТВЕРЖДАЮ

«Спортивный МБУ ДО «СПШ № 6»

Щеголов Д.Д.

Приказ № 09-10/М от «05» 09 2025 г.

РЕЖИМ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

(из расчета на 52 недели)

МБУ ДО «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 6» на 2025-2026 учебный год

Отделение: футбол, дисциплина «Футзал»

Этапы подготовки	Год обучения	Возраст учащихся для зачисления, (лет)	Требования по спортивной подготовке для зачисления на следующий год обучения	Наполняемость групп		Режим учебно-тренировочной работы (час.)		Кол-во занятий в неделю	Кол-во времени одного занятия
				Мин.	Макс.	недельный	годовой		
Начальная подготовка	1-й	7-8	выполнение требований федерального стандарта на этапе начальной подготовки	14	14	6	312	3-4	2 часа (120 мин.)
	2-й	8-9	выполнение требований федерального стандарта на этапе начальной подготовки	14	15	6	312	3-4	2 часа (120 мин.)
	3-й	9-10	выполнение требований федерального стандарта на этапе начальной подготовки	14	18	6	312	3-4	2 часа (120 мин.)
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	1-й	10-11	выполнение требований федерального стандарта на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	12	16	10	520	5	2,3 час (120, 180 мин.)
	2-й	11-12	выполнение требований федерального стандарта на тренировочном этапе(этапе спортивной специализации)	12	16	10	520	5,6	1-3 час (60, 120, 150, 180 мин.)
	3-й	12-13	выполнение требований федерального стандарта на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации),	12	15	10	520	5,6	1,2,3 час (60, 120, 150, 180 мин.)

		выполнение 3,2,1 юношеского спортивного разряда или III спортивного разряда для зачисления на учебно-тренировочный этап 4 г.о.						
4-й	13-14	выполнение требований Федерального стандарта на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), выполнение 3,2,1 юношеского спортивного разряда или III спортивного разряда для зачисления на учебно-тренировочный этап 5 г.о.	12	15	12	624	6	2-3 час (120, 150, 180 мин.)
5-й	14-15	выполнение требований Федерального стандарта на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), выполнение 3,2,1 юношеского спортивного разряда или III спортивного разряда для зачисления на учебно-тренировочный этап 6 г.о.	12	15	12	624	6	2-3 час (120, 150, 180 мин.)
6-й	16-17(18)	выполнение требований Федерального стандарта на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), выполнение 2 спортивного разряда для зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства 1 г.о.	12	15	12	624	6	2-3 час (120, 150, 180 мин.)



ПО «СШ № 6»
Директор МБУ ДО «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 6» Щеглов Д.Д.
Приказ № 10/2025 от «05» 09 2025 г.

РЕЖИМ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
(из расчета на 42 недели)
МБУ ДО «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 6» на 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

Отделение: футбол, дисциплина «футзал»

Уровень сложности	Возраст учащихся для зачисления, (лет)	Требования по спортивной подготовке на конец учебного года	Наполняемость групп (чел.)		Режим учебно-тренировочной работы (час.)		Кол-во занятий в неделю (шт.)	Кол-во времени одного занятия
			Мин.	Макс.	недельный	годовой		
Стартовый	7-9	Систематические занятия, выполнение нормативов по ОФП и СФП, участие в соревнованиях школьного уровня	12	15	6	252	3	2 часа (120 мин.)
Базовый	10-12	Систематические занятия, выполнение нормативов по ОФП и СФП, участие в соревнованиях школьного и городского уровня	12	20	6	252	2-3	2,3 часа (120, 150 мин.)
Продвинутый	13-17(18)	Систематические занятия, выполнение нормативов по ОФП и СФП, участие в соревнованиях школьного и городского уровня	12	20	6	252	2-3	2,3 часа (120, 150 мин.)