



Приложение №4
УТВЕРЖДЕНО
приказом от 01.09.2025 № 137
Об утверждении нормативных
локальных актов по учебной работе
МАУ ДО СШ №17 на 2025/2026
учебный год

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

для спортивно-оздоровительных групп 7-9 лет; 10-14 лет; 15-17 лет
на 46 недель (4 часа в неделю)

№	Разделы подготовки	Часы
1. Теоретическая подготовка 7-9 лет		
1	Физическая культура- важное средство укрепления здоровья, развитие футбола в России и за рубежом	1
2	Техника безопасности на занятиях	1
3	Гигиенические знания и навыки: закаливание, режим, питание	1
4	Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой помощи.	1
ИТОГО:		4
2. Практические занятия 7-9 лет		
1	ОФП	83
2	СФП	28
3	Техническая подготовка.	25
4	Тактическая подготовка	10
5	Интегральная подготовка	30
6	Промежуточная (итоговая) аттестация	4
ИТОГО:		180
ВСЕГО ЧАСОВ		184
1. Теоретическая подготовка 10-14 лет		
1	Физическая культура- важное средство укрепления здоровья, развитие футбола в России и за рубежом	1
2	Техника безопасности на занятиях	1
3	Гигиенические знания и навыки: закаливание, режим, питание	1
4	Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой помощи.	1
5	Правила игры. Организация и проведение соревнований	1
6	Общая и специальная физическая подготовка. Значение всесторонней физической подготовки- важного фактора укрепления здоровья.	1
ИТОГО:		6
2. Практические занятия 10-14 лет		
1	ОФП	41
2	СФП	28

3	Техническая подготовка.	60
4	Тактическая подготовка	15
5	Интегральная подготовка	30
6	Промежуточная (итоговая) аттестация	4
ИТОГО:		180
ВСЕГО ЧАСОВ		184
1. Теоретическая подготовка 15-17 лет		
1	Физическая культура- важное средство укрепления здоровья, развитие футбола в России и за рубежом	1
2	Техника безопасности на занятиях	1
3	Гигиенические знания и навыки: закаливание, режим, питание	1
4	Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой помощи.	1
5	Правила игры. Организация и проведение соревнований	1
6	Общая и специальная физическая подготовка. Значение всесторонней физической подготовки- важного фактора укрепления здоровья.	1
ИТОГО:		6
2. Практические занятия 15-17 лет		
1	ОФП	41
2	СФП	28
3	Техническая подготовка.	60
4	Тактическая подготовка	15
5	Интегральная подготовка	30
6	Промежуточная (итоговая) аттестация	4
ИТОГО :		180
ВСЕГО ЧАСОВ :		184

План-график годичного цикла подготовки.

7-9 лет

Разделы подготовки	месяцы											
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
ОФП	7	9	9	7	5	7	8	9	11	5	Самопод. 6 недель 36 часов	6
СФП	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3		2
ТП	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3		2
ТаП	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		-
Теоретическая подготовка	1			1	1	1						
Промежуточная (итоговая) аттестация	2									2		
Интегральная подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2		2

Медицинское обследование	Вне сетки часов 2 раза в год (сентябрь, апрель)											
Всего часов за месяц	18	18	18	18	14	16	18	18	18	16		12
Итого часов за год	184											

10-14 лет

Разделы подготовки	месяцы											
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
ОФП	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	Самопод. 6 недель 36 часов	2
СФП	2	3	3	3	1	2	3	3	3	3		2
ТП	5	7	7	6	6	6	5	5	6	5		2
ТаП	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1		2
Теоретическая подготовка	2						2					2
Промежуточная (итоговая) аттестация	2							2				
Интегральная подготовка	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3		2
ЗМедицинское обследование	Вне сетки часов 2 раза в год (сентябрь, апрель)											
Всего часов за месяц	18	18	18	18	14	16	18	18	18	16	12	
Итого часов за год	184											

15-17 лет

Разделы подготовки	месяцы											
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
ОФП	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	Самопод. 6 недель 36 часов	2
СФП	2	3	3	3	1	2	3	3	3	3		2
ТП	5	7	7	6	6	6	5	5	6	5		2
ТаП	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1		2
Теоретическая подготовка	2						2					2

Промежуточная (итоговая) аттестация	2							2				
Интегральная подготовка	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3		2
Медицинское обследование	Вне сетки часов 2 раза в год (сентябрь, апрель)											
Всего часов за месяц	18	18	18	18	14	16	18	18	18	16		12
Итого часов за год	184											

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

для спортивно-оздоровительных групп 7-9 лет; 10-14 лет; 15-17 лет
(6 часов в неделю)

№	Разделы подготовки	Часы
1. Теоретическая подготовка. 7-9 лет		
1	Физическая культура- важное средство укрепления здоровья, развитие футбола в России и за рубежом	1
2	Техника безопасности на занятиях	1
3	Гигиенические знания и навыки: закаливание, режим, питание	1
4	Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой помощи.	1
ИТОГО		4
2. Практические занятия. 7-9 лет		
1	ОФП	175
2	СФП	28
3	Техническая подготовка.	25
4	Тактическая подготовка	10
5	Интегральная подготовка	30
6	Промежуточная (итоговая) аттестация	4
ИТОГО		272
ВСЕГО ЧАСОВ		276
1. Теоретическая подготовка. 10-14 лет		
1	Физическая культура- важное средство укрепления здоровья, развитие футбола в России и за рубежом	1
2	Техника безопасности на занятиях	1
3	Гигиенические знания и навыки: закаливание, режим, питание	1
4	Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой помощи.	1
5	Правила игры. Организация и проведение соревнований	1
6	Общая и специальная физическая подготовка. Значение всесторонней физической подготовки- важного фактора укрепления здоровья.	1
ИТОГО		6
2. Практические занятия. 10-14 лет		
1	ОФП	53
2	СФП	28
3	Техническая подготовка.	110
4	Тактическая подготовка	15
5	Интегральная подготовка	60
6	Промежуточная (итоговая) аттестация	4
ИТОГО		270
ВСЕГО ЧАСОВ		276
1. Теоретическая подготовка. 15-17 лет		
1	Физическая культура- важное средство укрепления здоровья, развитие футбола в России и за рубежом	1
2	Техника безопасности на занятиях	1

3	Гигиенические знания и навыки: закаливание, режим, питание	1
4	Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой помощи.	1
5	Правила игры. Организация и проведение соревнований	1
6	Общая и специальная физическая подготовка. Значение всесторонней физической подготовки- важного фактора укрепления здоровья.	1
ИТОГО		6
2. Практические занятия. 15-17 лет		
1	ОФП	53
2	СФП	28
3	Техническая подготовка.	110
4	Тактическая подготовка	15
5	Интегральная подготовка	60
6	Промежуточная (итоговая) аттестация	4
ИТОГО		270
ВСЕГО ЧАСОВ		276

План-график годичного цикла подготовки.

7-9 лет

Разделы подготовки	месяцы											
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
ОФП	17	16	16	16	16	16	16	17	17	17	Самопод. 6 недель 36 часов	11
СФП	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2		2
ТП	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1		1
ТаП		1	1	1	1	1	1	1	1	1		1
Теоретическая подготовка	1	1		1			1					
Промежуточная (итоговая) аттестация	2								2			
Интегральная подготовка	2	2	2	2	2	2	3	4	3	5		3
Медицинское обследование	Вне сетки часов 2 раза в год (сентябрь, апрель)											
Всего часов за месяц	26	26	25	26	25	25	26	26	27	26	18	
Итого часов за год	276											

10-14 лет

Разделы подготовки	месяцы											
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
ОФП	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	Самопод. 6 недель 36 часов	3
СФП	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2		2
ТП	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10		10
ТаП	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2		1

Теоретическая подготовка		1	1	1	1		1	1				
Промежуточная (итоговая) аттестация	2								2			
Интегральная подготовка	5	6	6	6	4	6	6	6	5	6		4
Медицинское обследование	Вне сетки часов 2 раза в год (сентябрь, апрель)											
Всего часов за месяц	26	26	26	26	24	25	26	26	26	25		20
Итого часов за год	276											

15-17 лет

Разделы подготовки	месяцы											
	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
ОФП	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	Самопод. 6 недель 36 часов	3
СФП	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2		2
ТП	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10		10
ТаП	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2		1
Теоретическая подготовка		1	1	1	1		1	1				
Промежуточная (итоговая) аттестация	2								2			
Интегральная подготовка	5	6	6	6	4	6	6	6	5	6		4
Медицинское обследование	Вне сетки часов 2 раза в год (сентябрь, апрель)											
Всего часов за месяц	26	26	26	26	24	25	26	26	26	25	20	
Итого часов за год	276											

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 52 недели учебно-тренировочных занятий
 для групп начальной подготовки 1 года обучения
 (6 часов в неделю)

№/№	Разделы подготовки	часы
1	Общая физическая подготовка	47
2	Специальная физическая подготовка	
3	Участие в спортивных соревнованиях	
4	Техническая подготовка	150
5	Тактическая подготовка Теоретическая подготовка Психологическая подготовка	6
6	Инструкторская и судейская практика	
7	Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	9
8	Интегральная подготовка	100
	Количество часов в год	312

Примерный план распределения учебных часов группы НП-1 года обучения

месяц	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	всего
Общая физическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	47
Специальная физическая подготовка													
Участие в спортивных соревнованиях													
Техническая подготовка	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	7	13	150
Тактическая подготовка		1		1			1		1				6
Теоретическая подготовка	1						1						
Психологическая подготовка													
Инструкторская и судейская практика													
Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2			2						2		3	9
Интегральная подготовка	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	3	7	100

Кол-во часов в год	29	27	26	29	26	26	28	26	27	28	13	27	312	

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 52 недели учебно-тренировочных занятий
 для групп начальной подготовки 1 года обучения
 (4 часа в неделю)

№/№	Разделы подготовки	часы
1	Общая физическая подготовка	85
2	Специальная физическая подготовка	
3	Участие в спортивных соревнованиях	
4	Техническая подготовка	85
5	Тактическая подготовка Теоретическая подготовка Психологическая подготовка	4
6	Инструкторская и судейская практика	
7	Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	6
8	Интегральная подготовка	28
	Количество часов в год	208

Примерный план распределения учебных часов группы НП-1 года обучения

месяц	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	всего
Общая физическая подготовка	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8		5	85
Специальная физическая подготовка													
Участие в спортивных соревнованиях													
Техническая подготовка	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8		5	85
Тактическая подготовка				1					1				2
Теоретическая подготовка	1									1			2
Психологическая подготовка													
Инструкторская и судейская практика													
Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2						2					2	6
Интегральная подготовка	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2		3	28

Кол-во часов в год	22	19	19	20	19	18	20	18	19	19		15	208
---------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	--	----	------------

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 52 недели учебно-тренировочных занятий
 для групп начальной подготовки 2 года обучения
 (6 часов в неделю)

№/№	Разделы подготовки	часы
1	Общая физическая подготовка	47
2	Специальная физическая подготовка	
3	Участие в спортивных соревнованиях	
4	Техническая подготовка	150
5	Тактическая подготовка Теоретическая подготовка Психологическая подготовка	6
6	Инструкторская и судейская практика	
7	Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	9
8	Интегральная подготовка	100
	Количество часов в год	312

Примерный план распределения учебных часов группы НП-2 года обучения

месяц	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	всего
Общая физическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	47
Специальная физическая подготовка													
Участие в спортивных соревнованиях													
Техническая подготовка	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	7	13	150
Тактическая подготовка		1		1			1		1				6
Теоретическая подготовка	1						1						
Психологическая подготовка													
Инструкторская и судейская практика													
Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2			2						2		3	9
Интегральная подготовка	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	2	7	100

Кол-во часов в год	29	27	26	29	26	26	28	26	27	29	12	27	312
---------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	------------

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 52 недели учебно-тренировочных занятий
 для групп начальной подготовки НП-2,3 годов обучения
 (8 часов в неделю)

№/№	Разделы подготовки	часы
1	Общая физическая подготовка	54
2	Специальная физическая подготовка	
3	Участие в спортивных соревнованиях	
4	Техническая подготовка	196
5	Тактическая подготовка	8
	Теоретическая подготовка	
	Психологическая подготовка	
6	Инструкторская и судейская практика	
7	Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	17
8	Интегральная подготовка	141
	Кол-во часов в год	416

Примерный план распределения учебных часов группы НП-2,3 годов обучения

месяц	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	всего
Общая физическая подготовка	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	3	54
Специальная физическая подготовка													
Участие в спортивных соревнованиях													
Техническая подготовка	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	8	8	196
Тактическая подготовка									2				8
Теоретическая подготовка	2						2						
Психологическая подготовка				2									
Интегральная подготовка	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	6	5	141
Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2	2								1			17
			2	2	1	1	1	1	1		1	2	
Кол-во часов в год	40	38	38	40	37	37	39	37	39	37	17	17	416

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 52 недели учебно-тренировочных занятий
 для тренировочной группы 1,2,3 годов обучения
 (10 часов в неделю)

№/№	Разделы подготовки	часы
1	Общая физическая подготовка	68
2	Специальная физическая подготовка	42
3	Участие в спортивных соревнованиях	42
5	Техническая подготовка	187
6	Тактическая подготовка	42
	Теоретическая подготовка	
	Психологическая подготовка	
7	Инструкторская и судейская практика	10
8	Медицинские и медико-биологические мероприятия	10
	Восстановительные мероприятия,	
	тестирование и контроль	
9	Интегральная подготовка	119
	Кол-во часов в год	520

Примерный план распределения учебных часов в ТГ 1,2, 3 годов обучения

месяц	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	всего
Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	4	68
Специальная физическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		2	42
Участие в спортивных соревнованиях	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		2	42
Техническая подготовка	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	11	16	187
Тактическая подготовка	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	42
Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Психологическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Инструкторская и судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
Интегральная подготовка	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	9	119
Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2		2	2			2			2			10
Кол-во часов в год	46	45	47	47	45	45	47	44	44	46	28	36	520

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 52 недели учебно-тренировочных занятий
 для тренировочной группы 1,2,3 годов обучения
 (12 часов в неделю)

№/№	Разделы подготовки	часы
1	Общая физическая подготовка	80
2	Специальная физическая подготовка	50
3	Участие в спортивных соревнованиях	50
5	Техническая подготовка	225
6	Тактическая подготовка	56
	Теоретическая подготовка	
	Психологическая подготовка	
7	Инструкторская и судейская практика	13
8	Медицинские и медико-биологические мероприятия	13
	Восстановительные мероприятия,	
	тестирование и контроль	
9	Интегральная подготовка	137
	Кол-во часов в год	624

Примерный план распределения учебных часов в ТГ -1,2,3 годов обучения

месяц	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	всего
Общая физическая подготовка	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	5	80

Специальная физическая подготовка	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	2	2	50
Участие в спортивных соревнованиях	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5		2	50
Техническая подготовка	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21		15	225
Тактическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56
Теоретическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
Психологическая подготовка	1	1	1	1			1	1	1			1	
Инструкторская и судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	13
Интегральная подготовка	12	12	12	12	12	13	13	13	13	13		12	137
Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2	1	1	1				1		2			13
					1	1	1		1			1	
Кол-во часов в год	58	57	57	57	55	56	58	58	56	56	13	43	624

ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 52 недели учебно-тренировочных занятий
 для тренировочной группы 4,5 годов обучения
 (12 часов в неделю)

№/№	Разделы подготовки	часы
1	Общая физическая подготовка	80
2	Специальная физическая подготовка	50
3	Участие в спортивных соревнованиях	50
5	Техническая подготовка	225
6	Тактическая подготовка	56
	Теоретическая подготовка	
	Психологическая подготовка	
7	Инструкторская и судейская практика	13
8	Медицинские и медико-биологические мероприятия	13
	Восстановительные мероприятия,	
	тестирование и контроль	
9	Интегральная подготовка	137
	Кол-во часов в год	624

Примерный план распределения учебных часов в ТГ -4,5 годов обучения

месяц	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	всего
Общая физическая подготовка	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	5	5	80

Специальная физическая подготовка	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	2	2	50
Участие в спортивных соревнованиях	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5		2	50
Техническая подготовка	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21		15	225
Тактическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	56
Теоретическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
Психологическая подготовка	1	1	1	1			1	1	1			1	
Инструкторская и судейская практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	13
Интегральная подготовка	12	12	12	12	12	13	13	13	13	13		12	137
Медицинские и медико-биологические мероприятия Восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	2	1	1	1				1		2			13
					1	1	1		1			1	
Кол-во часов в год	58	57	57	57	55	56	58	58	56	56	13	43	624