



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки НП-3 (8 часов в неделю)
 Группа № 7 Тренер – преподаватель Васильев В.В.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, среда, пятница, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	54
Техническая подготовка (час.)	16	15	14	16	16	16	17	15	16	17	16	17	191
Тактическая подготовка (час.)	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
Теоретическая подготовка(час.)	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	3
Психологическая подготовка (час.)	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	3
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Медицинские и медико-биологические мероприятия	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	5
Восстановительные мероприятия	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8
Интегральная подготовка	13	11	13	12	13	11	13	12	12	12	12	12	146
ИТОГО	36	34	32	36	34	32	36	34	36	34	36	36	416



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки УТЭ-4 (14 часов в неделю)
 Группа № 10 Тренер – преподаватель Васильев Д.В.

с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник-3 ч., вторник-1,5 ч., среда- 3 ч., четверг- 1,5 ч., пятница- 3 ч., воскресенье- 2 ч.)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	7	8	8	8	8	7	8	8	8	8	8	8	94
Специальная физическая подготовка (час.)	6	7	7	6	7	6	7	6	7	7	7	7	80
Участие в спортивных соревнованиях (час.)	4	5	5	4	5	4	5	4	4	3	4	4	51
Техническая подготовка (час.)	13	11,5	11,5	12	13	12	13	12,5	12,5	11	11,5	12,5	146
Тактическая подготовка (час.)	5	5	4	4	5	4	3	5	4	5	3	4	51
Теоретическая подготовка(час.)	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	14
Психологическая подготовка (час.)	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	14
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)			1	1			1		1		1	1	6
Инструкторская практика (час.)	1	1	1	1	1					2	3		10
Судейская практика						1	1	1	2	3	1	1	10
Медицинские и медико-биологические мероприятия	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	13
Восстановительные мероприятия	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	4	42
Интегральная подготовка	16	17	16	17	17	17	17	17	16	14	17	16	197
ИТОГО	59	62,5	60,5	59	63	57	61	60,5	63,5	58	63,5	60,5	728



Утверждаю
Директор МБУДО СШ №7
В. В. Васильев
Приказ № 73 от «28» августа
2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки УТЭ-4 (14 часов в неделю)
Группа № 11 Тренер – преподаватель Васильев Д.В.

с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник-2 ч., вторник-3 ч., среда- 1,5 ч., четверг- 2 ч., пятница- 2,5 ч., воскресенье- 3 ч.)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	7	8	8	8	8	7	8	8	8	8	8	8	94
Специальная физическая подготовка (час.)	6	7	7	6	7	6	7	6	7	7	7	7	80
Участие в спортивных соревнованиях (час.)	4	5	5	4	5	4	5	4	4	3	4	4	51
Техническая подготовка (час.)	12,5	12	10,5	12,5	12,5	13	13	12	13	11	12,5	11,5	146
Тактическая подготовка (час.)	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	3	4	51
Теоретическая подготовка(час.)	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	14
Психологическая подготовка (час.)	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	14
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)			1	1				1	1		1	1	6
Инструкторская практика (час.)	1	1	1	1	1	1				1	1	2	10
Судейская практика						1	1	1	2	3	1	1	10
Медицинские и медико-биологические мероприятия	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	13
Восстановительные мероприятия	3	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	42
Интегральная подготовка	16	18	16	16	16	18	17	17	15	16	17	15	197
ИТОГО	58,5	64	59,5	58,5	60,5	61	61	61	62	59	62,5	60,5	728



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки УТЭ-3 (12 часов в неделю)
Группа № 13 Тренер – преподаватель Попов В.С.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, вторник, среда, четверг, пятница, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	7	8	7	7	7	7	7	7	7	7	8	8	87
Специальная физическая подготовка (час.)	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	56
Участие в спортивных соревнованиях (час.)	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	44
Техническая подготовка (час.)	18	18	19	18	18	18	18	18	18	18	19	19	219
Тактическая подготовка (час.)	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	44
Теоретическая подготовка(час.)	1		1		1		1		1		1		6
Психологическая подготовка (час.)		1		1		1		1		1		1	6
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)		1		1		1			1			2	6
Инструкторская и судейская практика (час.)	1	1		1	1		1	1					6
Судейская практика			1			1	1		1	1	1		6
Медицинские и медико-биологические мероприятия		1		1		1		1		1		1	6
Восстановительные мероприятия		1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	13
Интегральная подготовка	13	11	12	10	12	9	10	10	10	10	10	8	125
ИТОГО	52	52	52	52	52	50	52	52	52	50	54	54	624



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки УТЭ-2 (10 часов в неделю)
 Группа № 14 Тренер – преподаватель Попов В.С.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, среда, пятница, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	7	7	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	75
Специальная физическая подготовка (час.)	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	40
Участие в спортивных соревнованиях (час.)	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
Техническая подготовка (час.)	16	16	15	16	16	15	17	15	15	14	16	15	186
Тактическая подготовка (час.)	3	2	3	2	3	2	4	3	4	2	3	4	35
Теоретическая подготовка(час.)	1				1						1		3
Психологическая подготовка (час.)					1			1					2
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)				1			1	1		1	1	1	6
Инструкторская и судейская практика (час.)		1	1	1		1			1			1	6
Судейская практика					1		1	1	1	1	1		6
Медицинские и медико-биологические мероприятия				1	1				1				3
Восстановительные мероприятия				1	1		1		1	1	1	1	7
Интегральная подготовка	10	10	11	10	10	10	8	9	10	10	8	8	114
ИТОГО	44	43	43	44	46	40	44	43	45	41	44	43	520



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7
 В. В. Васильев

Приказ № 73 от «28» августа

2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки УТЭ-1 (10 часов в неделю)
 Группа №15 Тренер – преподаватель Попов В.С.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, вторник, четверг, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	7	7	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	75
Специальная физическая подготовка (час.)	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	40
Участие в спортивных соревнованиях (час.)	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37
Техническая подготовка (час.)	16	16	15	16	15	16	16	15	15	15	16	15	186
Тактическая подготовка (час.)	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	35
Теоретическая подготовка(час.)	1				1						1		3
Психологическая подготовка (час.)					1			1					2
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)				1		1		1		1	1	1	6
Инструкторская и судейская практика (час.)		1	1		1	1	1		1				6
Судейская практика							1	1	1	1	1	1	6
Медицинские и медико-биологические мероприятия				1					1			1	3
Восстановительные мероприятия				1	1			1	1	1	1	1	7
Интегральная подготовка	10	10	11	10	10	10	9	9	9	10	8	8	114
ИТОГО	43	44	43	43	44	43	43	44	43	43	44	43	520



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7 г. Сочи
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки НП-2 (6 часов в неделю)
 Группа № 16 Тренер – преподаватель Попов В.С.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (вторник, среда, четверг, пятница, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	5	46
Техническая подготовка (час.)	10	10	12	10	12	13	12	11	12	12	14	12	140
Тактическая подготовка (час.)	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Теоретическая подготовка(час.)	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
Психологическая подготовка (час.)	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Медицинские и медико-биологические мероприятия	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2
Восстановительные мероприятия	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	4
Интегральная подготовка	11	10	8	10	9	8	10	9	9	10	7	10	111
ИТОГО	27	26	24	27	26	25	26	25	26	26	26	28	312



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки НП-3 (8 часов в неделю)
 Группа № 27 Тренер – преподаватель Тарба Д.Р.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, среда, пятница, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	5	4	54
Техническая подготовка (час.)	16	15	14	16	16	16	17	15	16	17	16	17	191
Тактическая подготовка (час.)	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
Теоретическая подготовка(час.)	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	3
Психологическая подготовка (час.)	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	3
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Медицинские и медико-биологические мероприятия	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	5
Восстановительные мероприятия	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8
Интегральная подготовка	13	11	13	12	13	11	13	12	12	12	12	12	146
ИТОГО	36	34	32	36	34	32	36	34	36	34	36	36	416



Утвержда
 Директор МБУДО СШ №
 В. В. Василь
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки НП-1 (6 часов в неделю)
 Группа №28 Тренер – преподаватель Тарба Д.Р.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (вторник, четверг, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	46
Техническая подготовка (час.)	10	10	12	10	12	13	12	11	12	12	13	13	140
Тактическая подготовка (час.)	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Теоретическая подготовка(час.)	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
Психологическая подготовка (час.)	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Медицинские и медико-биологические мероприятия	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2
Восстановительные мероприятия	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Интегральная подготовка	10	10	8	9	9	9	10	10	8	10	9	9	111
ИТОГО	26	26	24	26	26	26	26	26	26	26	26	28	312



Утверждаю
Директор МБУДО СШ №7
В. В. Васильев

Приказ № 73 от «28» августа

2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки НП-3 (8 часов в неделю)
Группа № 30 Тренер – преподаватель Боярчук Г.В.
с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, среда, пятница, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	5	5	6	5	4	4	4	4	5	4	4	4	54
Техническая подготовка (час.)	16	15	14	16	16	16	17	15	16	17	16	17	191
Тактическая подготовка (час.)	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
Теоретическая подготовка(час.)	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	3
Психологическая подготовка (час.)	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	3
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Медицинские и медико-биологические мероприятия	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	5
Восстановительные мероприятия	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8
Интегральная подготовка	13	11	14	12	13	11	13	12	10	12	11	14	146
ИТОГО	36	34	34	36	34	32	36	34	34	34	34	38	416



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7 г. Сочи
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки НП-2 (6 часов в неделю)
 Группа № 32 Тренер – преподаватель Шульга М.А.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, среда, пятница)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	46
Техническая подготовка (час.)	10	10	12	10	12	13	12	11	12	12	14	12	140
Тактическая подготовка (час.)	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Теоретическая подготовка(час.)	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
Психологическая подготовка (час.)	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Медицинские и медико-биологические мероприятия	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2
Восстановительные мероприятия	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	4
Интегральная подготовка	10	10	8	9	9	9	10	10	8	10	9	9	111
ИТОГО	26	26	24	26	26	26	26	26	26	26	28	26	312



Утверждаю
 Директор МБУДО СШ №7 г. Сочи
 В. В. Васильев
 Приказ № 73 от «28» августа 2023 г.

Годовой учебно-тематический план
Этап начальной подготовки НП-1 (6 часов в неделю)
 Группа № 33 Тренер – преподаватель Шульга М.А.
 с 1 сентября 2023 г. по 31 августа 2024 г. (понедельник, среда, суббота)

Виды подготовки	количество учебных часов по месяцам												ИТОГО
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	
Общая физическая подготовка (час.)	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	46
Техническая подготовка (час.)	10	10	12	10	12	13	12	11	12	12	14	12	140
Тактическая подготовка (час.)	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Теоретическая подготовка(час.)	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	2
Психологическая подготовка (час.)	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Медицинские и медико-биологические мероприятия	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	2
Восстановительные мероприятия	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	4
Интегральная подготовка	10	10	8	9	9	9	10	10	8	10	9	9	111
ИТОГО	26	26	24	26	26	26	26	26	26	26	28	26	312