

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

к дополнительной общеразвивающей программе «Командная игра - футбол»

Базовый уровень 9-12 лет

| № | Наименование раздела | Количество часов | | | | Форма аттестации |
|-------|---|------------------|----------------|-----------------|-----------------------|---------------------------------|
| | | теория | практика | всего | при дистанц. обучении | |
| 1 | Вводное занятие. Входящий контроль | 1 | 1 | 2 | 4 | практическое тестирование |
| 2. | Знания о физической культуре | 2 | 16 | 18 | 69 | |
| 3. | Общая физическая подготовка: Легкая атлетика Футбол | 6 2 2 | 96 18 78 | 102 20 80 | - | |
| 4. | Деятельность оздоровительной направленности | 1 | 19 | 20 | 69 | |
| 5 | Промежуточная аттестация | - | 2 | 2 | 2 | практическое тестирование, игра |
| Итого | | 10 | 134 | 144 | 144 | |

Продвинутый уровень 13-17 лет

| № | Наименование раздела | Количество часов | | | | Форма аттестации |
|-------|--|------------------|------------------|------------------|-----------------------|---------------------------|
| | | теория | практика | всего | при дистанц. обучении | |
| 1. | Вводное занятие. Входящий контроль | 1 | 1 | 2 | 6 | практическое тестирование |
| 2. | Знания о физической культуре. | 2 | 18 | 20 | 104 | |
| 3. | Общефизическая подготовка Легкая атлетика Футбол | 4 2 2 | 152 34 118 | 156 36 120 | | |
| 4. | Деятельность оздоровительной направленности | 4 | 32 | 36 | 104 | |
| 5. | Промежуточная аттестация | - | 2 | 2 | 2 | практическое тестирование |
| Итого | | 13 | 203 | 216 | 216 | |