

Учебный план
 к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
 физкультурно-спортивной направленности
«ЮНИОР»
 на 2021 – 2022 учебный год

№ п/п	Название раздела	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	1		Беседа.
2.	История Олимпийских игр	2	2	-	Теоретическое тестирование
3.	Легкая атлетика	30	3	27	Выполнение контрольных нормативов
4.	Гимнастика	22	2	20	Тренировочные занятия
5.	Волейбол.	21	1	20	Тестирование, контрольные игры
6.	Футбол.	16	1	15	
7.	Лыжная подготовка.	30	2	28	Выполнение контрольных нормативов
8.	Баскетбол.	16	1	15	Тестирование, контрольные игры
9.	Судейская практика	4	1	3	Судейство соревнований школьного уровня
10	Контрольные испытания	2		2	Контрольные упражнения. Контрольные тесты. Сдача норм ГТО
Итого часов		В течение года			
		144	14	130	