

Учебный план, формы аттестации

Учебный план, формы аттестации 1 года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	0	Беседа, опрос
2	Основы спортивной тренировки	6	2	4	Опрос, практические занятия
3	Общефизическая подготовка	44	2	42	Практические занятия
4	Техническая подготовка	62	2	60	Опрос, практические занятия
5	Тактическая подготовка	9	2	7	Опрос, практические занятия
6	Контрольные и календарные игры	5	1	4	Практические занятия, выполнение упражнений
7	Итоговое занятие	1	1	0	
Всего часов		128	11	117	

Учебный план, формы аттестации 2 года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Ознакомительное занятие. Инструктаж	1	1	0	Беседа, опрос
2	Основы спортивной тренировки	6	2	4	Практические занятия
3	Общефизическая подготовка	42	2	40	Практические занятия

4	Техническая подготовка	60	2	58	Опрос, практические занятия
5	Тактическая подготовка	12	2	10	Опрос, практические занятия
6	Контрольные и календарные игры	6	1	5	Практические занятия, выполнение упражнений
7	Итоговое занятие	1	0	1	
Всего часов		128	10	118	