Дьяков Сергей Михайлович
Подписан: Дьяков Сергей Михайлович
DN: OU=Директор, O="СПб ГБПОУ Техникум ""Автосервис"" (МЦПК)""", CN=Дьяков Сергей Михайлович, E=t.avtoservis@obr.gov.spb.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2024.02.12 15:34:30+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Учебный план

Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Футбольное поле

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	**Тема 1. Вводное занятие**	**4**	**2**	**2**	Собеседование
2	**Раздел 1. Основы физической культуры**	**8**	**5**	**3**	Тестирование
3	**Тема 1.** Физическое воспитание и развитие.	4	4	-	Собеседование
4	**Тема 2.** Психологическая культура.	2	1	1	Викторина.
5	**Тема 3.** Приемы помощи при травмах.	2	-	2	Отработка приемов помощи при травмах
6	**Раздел 1. Общефизическая подготовка**	**30**	**3**	**27**	Выполнение контрольных нормативов по ОФП
7	**Тема 1.** Строевые упражнения	10	1	9	Показ видов техники строевых перемещений
8	**Тема 2.** Упражнения для рук, ног и туловища без предметов	14	2	12	Испытания на координацию движений
9	**Тема 3.** Спортивные и подвижные игры	6	-	6	Итоги игры
10	**Раздел 2 Специальная физическая подготовка**	**30**	**6**	**24**	Выполнение контрольных нормативов по СП
11	**Тема 1.** Техника упражнений для развития скоростных качеств	12	2	10	Тестирование на скоростные качества
12	**Тема 2.** Техника упражнений для развития гибкости	2	-	2	Тестирование на гибкость

13	**Тема 3.** Техника упражнений для развития силовых качеств.	6	2	4	Тестирование на силовые качества
14	**Тема 4.** Техника упражнений, направленных на развитие выносливости	6	2	4	Тестирование на выносливость
15	**Тема 5.** Техника упражнений со скакалкой	4	-	4	Испытания на работу со скакалкой
16	**Раздел 3 Техническая подготовка**	**52**	**2**	**50**	Выполнение контрольных нормативов по ТП
17	**Тема 1.** Техника владения мячом.	8	-	8	Испытания на технику владения мячом
18	**Тема 2.** Техника ведения мяча.	16	2	14	Испытания на точность ведения мяча
19	**Тема 3.** Техника ударов по мячу	10	-	10	Испытания на технику ударов по мячу
20	**Тема 4.** «Связки» технических приемов.	8	-	8	Испытания на «Связки» приемов
21	**Тема 5.** Обманные движения (финты).	6	-	6	Испытания на обманные движения
22	**Тема 6.** Техника вратаря.	4	-	4	Показ элементов техники вратаря
23	**Раздел 4 Тактическая подготовка**	**12**	**-**	**12**	Выполнение контрольных нормативов по ТП
24	**Тема 1.** Тактика приёмов, передач и перехвата мяча.	4	-	4	Испытания на передачу и перехват мяча
25	**Тема 2.** Тактика защиты.	4	-	4	Испытания на тактику защиты
26	**Тема 3.** Тактика нападения.	2	-	2	Испытания на тактику нападения
27	**Тема 4.** Тактика вратаря.	2	-	2	Показ элементов тактики вратаря

28	**Раздел 5.** **Игровая практика**	**6**	**-**	**6**	Учебная игра
29	**Тема 1** **.** Соревнования. Правила соревнований.	6	-	6	Учебная игра
30	Итоговое занятие	**2**	**-**	**2**	Товарищеская встреча - соревнование
Всего:		**144**	**18**	**126**	