



1.4. Содержание программы

Таблица 1

Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, Тестирование, беседа/Входной контроль
2	Теоретическая подготовка	2	2	-	Опрос, тестирование, зачет, беседа, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
3	Общая физическая подготовка	40	2	38	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
4	Технико-тактическая подготовка	42	2	40	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль. Соревнования
5	Судейская практика	8	-	8	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
6	Контрольные нормативы	4	2	2	Практическое задание/Текущий контроль/Тестирование ОФП
7	Участие в соревнованиях	8	1	7	Опрос, тестирование, зачет, выполнение контрольных нормативов по ОФП/Промежуточный контроль
8	Аттестация	2	-	2	Соревнование/Итоговый контроль
	Всего часов:	108	10	98	