

## Учебный план

№ п/п	Тема	Общее количество о часов	1 год Кол-во часов		Форма проведения промежуточной аттестации
			Теория	Практика	
	<b>1-й год обучения</b>	<b>36</b>			«Зачет» или «Незачет» за сдачу контрольных нормативов по ОФП
1	Когда и как возникли физическая культура и спорт		<b>1</b>		
2	Подвижные игры в спортивном зале и на свежем воздухе			<b>35</b>	
	<b>2-й год обучения</b>	<b>36</b>			
1	Современные олимпийские игры.		<b>1</b>		
2	Подвижные игры в спортивном зале и на свежем воздухе.			<b>35</b>	
	<b>3-й год обучения</b>	<b>36</b>			
1	Личная гигиена. Основные гигиенические процедуры. Закаливание организма.		<b>1</b>		
2	Подвижные игры в спортивном зале и на свежем воздухе			<b>35</b>	
	<b>4-й год обучения</b>	<b>36</b>			
1	Самоконтроль. Признаки переутомления. Дневник самоконтроля.		<b>1</b>		
2	Подвижные игры в спортивном зале и на свежем воздухе.			<b>35</b>	
	<b>Общее количество часов</b>	<b>144</b>	<b>4</b>	<b>140</b>	