

Учебный план

Таблица 2

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1.Теоретическая подготовка		4	4		
1.1.	Вводное занятие. Правила поведения и техника безопасности на занятиях физической культурой	1	1		опрос
1.2.	История развития флорбола в России	1	1		опрос
1.3.	Основные правила флорбола	1	1		опрос
1.4	Гигиенические основы знаний	1	1		
2.Двигательные умения и навыки . Развитие двигательных способностей. ОФП		216		212	
2.1.	Лёгкая атлетика	27		27	наблюдение
2.2.	Гимнастика	18		18	наблюдение
2.3.	Эстафеты	9		9	наблюдение
2.4.	Спортивные и подвижные игры	54		54	наблюдение
2.5.	Элементы флорбола	99		99	наблюдение
3.Контрольные нормативы		4		4	тестирование
4.Итоговое занятие		1		1	наблюдение
ВСЕГО:		216	4	212	