



Утверждаю:
 Директор МБУ ДО
 ДЮСШ «Океан» г. Находка
 В.М. Кшеминский

ПЛАН
 распределения учебного материала в предметной области «Теоретические основы физической культуры и спорта»
 учащихся МБУ ДО ДЮСШ "Океан" г. Находка (на 46 недель) в 2019-2020 учебном году (в часах)

Теоретические основы физической культуры и спорта.	Физкультурно-оздоровительный этап	Базовый уровень сложности						Углубленный уровень	
	6-7 лет	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет
	Количество часов в неделю								
	6	6	6	8	8	10	10	12	12
1. Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе		1	1	1	1	1	1	1	1
2. Развитие футбола в России и за рубежом		1	1	3	3	3	3	2	2
3. Техническая подготовка		1	1	2	2	2	2	2	2
4. Тактическая подготовка		2	3	5	5	7	7	9	9
5. Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта						2	2	4	4
6. Правила игры в футбол. Организация и проведение соревнований		4	4	6	6	5	5	5	5
7. Установка перед игрой и разбор проведенной игры		10	10	13	13	18	18	24	24
8. Гигиенические знания, умения и навыки.	1	2	1	1	1	1	1	1	1
9. Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10. Основы спортивного питания		2	2	2	2	2	2	2	2
11. Места занятий, оборудование и инвентарь	1	1	1	1	1	1	1	1	1
12. Техника безопасности при занятиях футболом	1	1	1	1	1	1	1	1	1
13. Зачеты по теоретической подготовке		2	2	2	2	2	2	2	2
Итого:	4	28	28	36	36	46	46	55	55