

Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
Секция «Атлетическая гимнастика»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Коды достижимых результатов обучения и личностных результатов	Формы аттестации /контроля
		всего занятий	в том числе:			
			теория	практи ка		
1.	Общие основы атлетической гимнастики.	2	2	-	PO1,5 LP2	Опрос
2.	Техника безопасности. Профилактика травматизма.	2	2		PO 1 LP 7,9,14	
3.	Гимнастические упражнения прикладного характера.	60	-	60	PO1–PO 5 LP3,4,7,9	Демонстрац ия типовых упражнений
4.	Комплекс упражнений с гантелями.	60	0	60	PO1-PO5 LP 13,14	
5.	Комплекс специальных упражнений на тренажерах.	62	-	62	PO1-PO5 LP2-9	
6.	Комплекс упражнений с гириями.	44	-	44	PO1-PO5 LP2-9	
Всего:		230	4	226		

