

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №34»

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Формула смелости» на 2025-2026 учебный год

(выдержка из дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности «Скалолазание»)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего часов	Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия	
1.	Основы знаний	3	3	-	Фронтальный опрос
2.	Техническая	7	-	7	Наблюдение Самоконтроль Контрольные испытания по технической подготовке
	2.1 Разборка, сборка АК - 74	2		2	
	2.2 Снаряжение магазина	4	-	4	
	2.3 СИЗы	1		1	
3.	Соревнования	3	-	3	Наблюдение Контроль Самоконтроль
	3.1 Прохождение полосы препятствий	1	-	1	Наблюдение Контроль Самоконтроль
	3.2 Разборка, сборка АК 74, снаряжение магазина	1		1	Наблюдение Контроль Самоконтроль
	3.3 Комплексная эстафета	1		1	Наблюдение Контроль Самоконтроль
4.	Физическая 4.1 Общая подготовка.	4	-	4	Контрольные испытания по физической подготовке Взаимоконтроль
5	Подведение итогов курса	1	1		Фронтальный опрос
	Итого:	18	4	14	