

ПРИНЯТО
Педагогическим Советом
ЧОУ «Школа разговорных языков»
Протокол № 1 От 29 августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор ЧОУ
«Школа разговорных языков»
Н.В. Глупак
Приказ № 233/ОД от «30» августа 2025г.



**Учебно-тематический план
2 года обучения
образовательной программы «ГТО и ЗОЖ»**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе:		Формы контроля
			Теория	Практика	
1	Овладение техникой спринтерского бега	4	1	3	Итоговые тесты
2	Овладение техникой длительного бега	5	1	4	Итоговые тесты
3	Овладение техникой прыжка в длину	4	1	3	Итоговые тесты
4	Овладение техникой прыжка в высоту	4	1	3	Итоговые тесты
5	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность	4	1	3	Итоговые тесты
6	Развитие выносливости	5	1	4	Контрольные соревнования
7	Развитие скоростно-силовых способностей	5	1	4	Соревнования
8	Развитие координационных способностей	5	1	4	Соревнования
	итого	36	8	28	

Подпись п.д.о.

/ Яковлева В.В. /