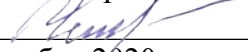


**Краевое государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Камчатский дворец детского творчества»**

Отдел учебно-спортивной работы

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно-методической работе


_____ Н.Н. Чельцова
«14» октября 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБУДО «Камчатский дворец детского творчества»

_____ О.Н. Великанова
«14» октября 2020 г.

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
спортивного объединения
«Общеспортивная подготовка»
на 2020-2021 учебный год**

Рассмотрено на заседании методического объединения
Протокол от «09» октября 2020 г. № 2

Педагог дополнительного образования
Бежацкая Светлана Сергеевна

г. Петропавловск-Камчатский
2020

Пояснительная записка

Календарный учебный график составлен для обучающихся объединения «Общездоровья физическая подготовка» группа второго года обучения, 2,3 группы первого года обучения.

Цели: всестороннее физическое развитие, укрепление здоровья, создание условий для сплочения ребят в дружный коллектив, ознакомление с техникой и тактикой командной игры.

Задачи:

Обучающие:

- укреплять здоровья, содействовать гармоническому физическому развитию обучающихся; □ учить снимать физическую и умственную усталости.
- обучать основам техники и тактики спортивных игр.

Развивающие:

- развивать координации движений;
- повышать уровень физической подготовленности, совершенствовать технико-тактическое мастерство;
- развивать памяти, мышления.

Воспитательные:

- воспитывать волевые качества личности обучающихся: целеустремленности, решительности, выдержки, самообладания, чувства коллективизма;
- формировать дисциплинированность, смелость и решительность; □ мотивировать потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

Возраст обучающихся 7-13 лет. Занятия в группах проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность учебного часа – 45 минут.

Количество обучающихся:

1 группа – 19 человек;

2 группа – 20 человек;

3 группа – 19 человек. Всего – 58 обучающихся.

Предусмотрены перерывы - 10 минут, согласно СанПин 2.4.4.1251-03.

Педагогическая нагрузка – 6 часов в неделю в каждой группе. Всего 18 часов.

Календарный учебный график
Группа № 1 (I год обучения, понедельник, среда, четверг)

№	Дата	Тема, раздел	Форма проведения занятия	Дидактический материал, реквизит	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
1	08.10	Вводное занятие. 1.Инструктаж по Т.Б. Личная гигиена. Правила поведения на занятиях. Форма одежды на занятиях. 2.ОФП. Вводное тестирование	Рассказ, беседа	Наглядный материал, спортивный инвентарь	2	1	1	Вводное тестирование. Опрос
2	12.10	Обучение прыжков в длину.	Рассказ, показ выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение
3	14.10	Обучение выполнения упражнений на шведской стенке. спортивные игры.	Рассказ, показ, Объяснение, Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение
4	15.10	Спортивные игры на развитие координации.	Рассказ, показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
5	19.10	Обучение технике прыжка.	Рассказ, Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
6	21.10	Спортивные игры на развитие скорости.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

7	22.10	Бег 30 метров.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
8	26.10	Прыжки в длину.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
9	28.10	Строевые и порядковые упражнения, игра «космонавты».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
10	29.10	Упражнение для зрительной гимнастики. Игра «с кочки на кочку».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
11	02.11	Бег с изменением направления. Игра «замри».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
12	05.11	Прыжки в длину. Игра «мы веселые ребята».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
13	09.11	Учет в прыжках в длину.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
14	11.11	Челночный бег. Игра «кот и мышь».	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
15	12.11	Эстафетный бег. Игра «быстро возьми».	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

16	16.11	Многоскоки. Игра «как говорят части тела».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
17	18.11	Бег 30 м. Игра «найди свой цвет».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
18	19.11	Метание мяча. Игра «быстро в колонну».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
19	23.11	Метание мяча в горизонтальную цель. Игра «у кого мяч».	Рассказ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
20	25.11	Метание мяча с разбега. Игра «не попадись».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
21	26.11	Игровое упражнение «поймай мяч». Игра «кто меткий».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
22	30.11	Подтягивание. Игра «попади в корзину».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
23	02.12	Специальные прыжковые упражнения. Метание мешочков.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
24	03.12	Прыжки со скакалкой. Игра «хоровод».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

25	07.12	Учет метания. Подвижная игра «бесшумный мяч»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
26	09.12	Учет бега на 30 м. Игра «замри».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
27	10.12	Баскетбол – ведение на месте и в движении. Подвижная игра «передал - садись»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
28	14.12	Баскетбол – ведение мяча и остановка после двух шагов с места. Подвижная игра «охотники и утки»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
29	16.12 0205	Баскетбол – эстафеты баскетболиста. Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
30	17.12	Баскетбол – броски в кольцо двумя руками от груди с места. Подвижная игра «мяч капитану»	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

31	25.12	Баскетбол – закрепление техники ведения мяча. Подвижная игра «перестрелка».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
32	26.12	Баскетбол – ловля и передачи мяча в движении. Подвижная игра «охотники и утки»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
33	30.12	Игра «хоровод». Игровое упражнение «канатоходец».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
34	02.01	Различные прыжковые упражнения. Упражнения на восстановление.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
35	06.01	Баскетбол – броски в кольцо двумя руками от груди с места. Подвижная игра «мяч капитану»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
36	08.01	Мини-футбол – учебные задания 3х1, 3х2 игрока. Учебная игра.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

37	09.01	Лазание и перелазание. Игра «паутинка».	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
38	13.01	Полоса препятствий. Игра «мы веселые ребята».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

39	15.01	Упражнение в равновесии. Комплекс упражнений «покорители космоса».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
40	16.01	Лазание по гимнастической стенке.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
41	20.01	Прыжки со скакалкой – зачет. Поднимание туловища. Игра «быстро возьми».	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
42	22.01	Общеразвивающие упражнения	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
43	23.01	Гимнастические элементы («мост», стойка на лопатках)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
44	27.01	Гимнастические элементы («колесо», перекуты, кувырки)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
45	29.01	Гимнастические элементы (полушпагат, шпагат)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

46	30.01	Гимнастическая комбинация из освоенных элементов	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
47	03.02	Гимнастическая комбинация из освоенных элементов	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
48	05.02	Гимнастическая комбинация	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

49	06.02	Беседа: «Травмы. Оказание первой медицинской помощи»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
50	10.02	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
51	12.02	Подвижные игры с элементами волейбола	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
52	13.02	Подвижные игры с элементами волейбола	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	
53	17.02	Подвижные игры с элементами акробатики	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
54	19.02	Подвижные игры с элементами акробатики	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
55	20.02	Подвижные игры с элементами баскетбола	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
56	24.02	Подвижные игры с элементами баскетбола	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
57	26.02	Специальная подготовка	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

58	27.02	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
59	02.03	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
60	04.03	Беседа: «Правила соревнований, оборудование, инвентарь»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
61	05.03	Передачи мяча на месте. Броски в корзину	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

62	09.03	Передачи мяча в движении, со сменой мест	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
63	11.03	Ведение мяча с изменением направления и скорости	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
64	12.03	Броски мяча в корзину, в движении	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
65	16.03	Финты. Учебная игра	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
66	18.03	Вырывание и выбивание мяча	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
67	19.03	Судейская практика. Правила. Судейство	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

68	23.03	Комбинации из освоенных элементов	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
69	25.03	Учебная игра. Судейство	Показ, Объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
70	26.03	Тактические действия в нападении. Учебная игра	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
71	30.03	Тактические действия в защите	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

72	01.04	Беседа: «Значение физической культуры и спорта»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
73	02.04	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
74	06.04	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
75	08.04	Общая физическая подготовка.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
76	09.04	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

77	13.04	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
78	15.04	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Фазы	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
79	16.04	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
80	20.04	Прыжок в высоту на результат	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
81	22.04	Низкий старт, высокий старт	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
82	23.04	Старты. Стартовый разгон	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
83	27.04	Финиширование	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
84	29.04	Итоговое тестирование. Бег на средние дистанции	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Тестирование. Тестирование. Зачет по техническим приемам. Анализ. Беседа
Итого часов					168			

Календарный учебный график
Группа № 2 (1 год обучения понедельник, вторник, четверг)

№	Дата	Тема, раздел	Форма проведения занятия	Дидактический материал, реквизит	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
1	08.10	Вводное занятие. 1.Инструктаж по Т.Б. Личная гигиена. Правила поведения на занятиях. Форма одежды на занятиях. 2.ОФП. Вводное тестирование	Рассказ, беседа	Наглядный материал, спортивный инвентарь	2	1	1	Вводное тестирование. Опрос
2	12.10	Прыжок в длину	Рассказ, показ выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение
3	13.10	Упражнения на развитие координации. Подвижные игры	Рассказ, показ, Объяснение, Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
4	15.10	Техника прыжка в длину	Рассказ, показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение опрос
5	19.10	Прыжки со скакалкой	Рассказ, Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		1	Наблюдение
6	20.10	Метания мяча	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

7	22.10	Ведения мяча	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
8	26.10	Броски мяча в кольцо	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
9	27.10	Ору с мячами	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
10	29.10	Ору с набивными мячами	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
11	02.11	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

12	03.11	Броски мяча в корзину, в движении	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
13	05.11	Финты. Учебная игра	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
14	09.11	Психологическая подготовка. Учебная игра	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

15	10.11	Подготовка к соревнованиям	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
16	12.11	Соревнования по баскетболу	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
17	16.11	Соревнования по баскетболу	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
18	17.11	Техника безопасности на занятиях волейболом	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

19	19.11	Стойки, передвижения в стойках	Рассказ, Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение
20	23.11	Передачи мяча на месте, в движении	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
21	24.11	Передачи сверху и снизу двумя руками	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
22	26.11	Прием и передача мяча	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

23	30.11	Поддачи мяча (верхняя и нижняя прямая)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
24	01.12	Учебная игра. Тактические действия	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
25	03.12	Учебная игра	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

26	07.12	Соревнования по волейболу	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
27	08.12	Соревнования по волейболу	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
28	10.12.	Нижняя прямая подача. Учебная игра	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
29	14.12	Нижняя прямая подача	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

30	15.12	Верхняя прямая подача	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
31	17.12	Подачи мяча по зонам. Соревнования по плаванию	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
32	21.12	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
33	22.12	ОРУ с мячами. Специальная подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

34	24.12	Контрольные нормативы. Общая физическая подготовка. Специальная подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Тестирование.
35	28.12	Тактическая подготовка в нападении и защите	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
36	29.12	Беседа: «Гигиена, предупреждение травм, самоконтроль»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
37	31.12	Судейская практика. Учебная игра	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

38	05.01	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
39	11.01	Контрольные испытания	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
40	12.01	Общеразвивающие упражнения (с предметами)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
41	14.01	Общеразвивающие упражнения (с предметами)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

42	18.01	Общеразвивающие упражнения	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
43	19.01	Гимнастические элементы («мост», стойка на лопатках)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
44	21.01	Гимнастические элементы («колесо», перекувырки, кувырки)	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
45	25.01	Гимнастические элементы (полушпагат, шпагат).	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

46	26.01	Гимнастическая комбинация из освоенных элементов	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
47	28.01	Гимнастическая комбинация из освоенных элементов	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
48	01.02	Гимнастическая комбинация	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
49	02.02	Беседа: «Травмы. Оказание первой медицинской помощи»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
50	04.02	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

51	08.02	Подвижные игры с элементами волейбол	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
52	09.02	Подвижные игры с элементами волейбола	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	
53	11.02	Подвижные игры с элементами акробатики	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
54	15.02	Подвижные игры с элементами акробатики	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
55	16.02	Подвижные игры с элементами баскетбола.	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
56	18.02	Подвижные игры с элементами баскетбола	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	

57	22.02	Специальная подготовка	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
58	25.02	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
59	01.03	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
60	02.03	Беседа: «Правила соревнований, оборудование, инвентарь»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
61	04.03	Передачи мяча на месте. Броски в корзину	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

62	09.03	Передачи мяча в движении, со сменой мест	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
63	11.03	Ведение мяча с изменением направления и скорости	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
64	15.03	Броски мяча в корзину, в движении	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

65	16.03	Финты. Учебная игра	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
66	18.03	Вырывание и выбивание мяч	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
67	22.03	Судейская практика. Правила. Судейство.	Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
68	23.03	Комбинации из освоенных элементов	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
69	25.03	Учебная игра. Судейство	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

70	29.03	Тактические действия в нападении. Учебная игра	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
71	30.03	Тактические действия в защите	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
72	01.04	Беседа: «Значение физической культуры и спорта»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

73	05.04	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
74	06.04	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
75	08.04	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
76	12.04	Общая физическая подготовка	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
77	13.04	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

78	15.04	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Фазы	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
79	19.04	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
80	20.04	Прыжок в высоту на результат	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение

81	22.04	Низкий старт, высокий старт	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
82	26.04	Старты. Стартовый разгон	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
83	28.04	Финиширование	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	
84	29.04	Итоговое тестирование. Бег на средние дистанции на средние дистанции	Показ, объяснение Выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2		2	Тестирование. Зачет по техническим приемам. Анализ. Беседа
Итого часов					168			

Календарный учебный график
3 группа (1год обучения, вторник, среда, пятница)

№	Дата	Тема, раздел	Форма проведения занятия	Дидактический материал, реквизит	Всего часов	теория	практика	Формы контроля
1	09.10	Вводное занятие. 1.Инструктаж по Т.Б. Личная гигиена. Правила поведения занятиях. Форма одежды занятиях. 2.ОФП. Вводное тестирование.	Рассказ, беседа	Наглядный материал, спортивный инвентарь	2	1	1	Вводное тестирование. Опрос
2	13.10	Прыжок в длину	Рассказ, показ выполнение упражнения	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение
3	14.10	Упражнения на развитие координации. Подвижные игры	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение
4	16.10	Техника прыжка в длину	Рассказ, Показ, Объяснение	Спортивный Инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
5	20.10	Прыжки со скакалкой	Рассказ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
6	21.10	Метания мяча	Рассказ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
7	23.10	Ведения мяча.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
8	27.10	Броски мяча в кольцо	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	

9	28.10	Ору с мячами	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
10	30.10	Ору с набивными мячами	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
11	03.11	Общая физическая подготовка	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
12	06.11	Броски мяча в корзину, в движении.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
13	10.11	Финты. Учебная игра.	Показ, Объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
14	11.11	Психологическая подготовка. Учебная игра.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
15	13.11	Подготовка к соревнованиям.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
16	17.11	Соревнования по баскетболу	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2	1	1	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

17	18.11	Соревнования по баскетболу	Плакаты, беседа	Спортивный инвентарь	2	1	1	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
18	20.11	Техника безопасности на занятиях волейболом	Рассказ, объяснение	Спортивный инвентарь	2	1	1	
19	24.11	Стойки, передвижения в стойках	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
20	25.11	Передачи мяча на месте, в движении	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2	1	1	
21	27.11	Передачи сверху и снизу двумя руками	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2	1	1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
22	01.12	Прием и передача мяча	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		1	
23	02.12	Подачи мяча (верхняя и нижняя прямая)	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
24	04.12	Учебная игра. Тактические действия	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
25	08.12	Учебная игра	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
26	09.12	Соревнования по волейболу	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
27	11.12	Соревнования по волейболу.	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		1	

28	15.12	Нижняя прямая подача. Учебная игра.	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		1	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
29	16.12	Нижняя прямая подача.	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		1	

30	18.12	Верхняя прямая подача.	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
31	22.12	Подачи мяча по зонам. Соревнования по плаванию.	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
32	23.12	Общая физическая подготовка.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
33	25.12	ОРУ с мячами. Специальная подготовка.	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		1	Наблюдение. Оценка вклада каждого
34	29.12	Контрольные нормативы. Общая физическая подготовка. Специальная подготовка.	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		1	
35	05.01	Тактическая подготовка в нападении и защите.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
36	06.01	Беседа: «Гигиена, предупреждение травм, самоконтроль».	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
37	08.01	Судейская практика. Учебная игра.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа

								в группах. Учебная игра
38	12.01	Общая физическая подготовка.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
39	13.01	Контрольные испытания	Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		1	
40	15.01	Общеразвивающие упражнения (с предметами)	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

41	19.01	Общеразвивающие упражнения (с предметами).	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
42	20.01	Общеразвивающие упражнения	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
43	22.01	Гимнастические элементы («мост», стойка на лопатках)	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
44	26.01	Гимнастические элементы («колесо», перекувырки)	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
45	27.01	Гимнастические элементы (полушпагат, шпагат)	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
46	29.01	Гимнастическая комбинация из освоенных элементов	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
47	02.02	Гимнастическая комбинация из освоенных элементов	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

48	03.02	Гимнастическая комбинация	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
49	05.02	Беседа: «Травмы. Оказание первой медицинской помощи»	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
50	09.02	Общая физическая подготовка	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	

51	10.02	Подвижные игры с элементами волейбола	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
52	12.02	Подвижные игры с элементами волейбола	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
53	16.02	Подвижные игры с элементами акробатики	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Игра
54	17.02	Подвижные игры с элементами акробатики	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
55	19.02	Подвижные игры с элементами баскетбола.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
56	24.02	Подвижные игры с элементами баскетбола.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
57	26.02	Специальная подготовка.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Технический зачет

58	02.03	Общая физическая подготовка	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
59	03.03	Общая физическая подготовка	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
60	05.03	Беседа: «Правила соревнований, оборудование, инвентарь»	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

61	09.03	Передачи мяча на месте. Броски в корзину.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
62	10.03	Передачи мяча в движении, со сменой мест	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
63	12.03	Ведение мяча с изменением направления и скорости	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
64	16.03	Броски мяча в корзину, в движении	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
65	17.03	Финты. Учебная игра	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
66	19.03	Вырывание и выбивание мяча	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
67	23.03	Судейская практика. Правила. Судейство	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	

68	24.03	Комбинации из освоенных элементов	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
69	26.03	Учебная игра. Судейство	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра

70	30.03	Тактические действия в нападении. Учебная игра.	Рассказ, показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Показ. Тренировочные упражнения. Работа в группах. Учебная игра
71	31.03	Тактические действия в защите	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
72	02.04	Беседа: «Значение физической культуры и спорта»	Рассказ, показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
73	06.04	Общая физическая подготовка	Рассказ, Показ, Объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
74	07.04	Общая физическая подготовка.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
75	09.04	Общая физическая подготовка	Рассказ, Показ, Объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
76	13.04	Общая физическая подготовка	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
77	14.04	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого

78	16.04	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Фазы.	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
79	20.04	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
80	21.04	Прыжок в высоту на результат	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	
81	23.04	Низкий старт, высокий старт	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
82	27.04	Старты. Стартовый разгон	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение. Оценка вклада каждого
83	28.04	Финиширование	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Наблюдение
84	30.04	Итоговое тестирование. Бег на средние дистанции	Рассказ, Показ, объяснение	Спортивный инвентарь	2		2	Тестирование. Тестирование. Зачет по техническим приемам. Анализ. Беседа
Итого часов					168			