Годовой календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ	Количество часов	П Е Р И О Д Ы ЗАНЯТИЙ								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1. Основы знаний:	4									
Вводное занятие. Краткое содержание и программа занятий	1	1								
Правила поведения и техника безопасности на занятиях	1	1								
Значение занятий физической культурой и настольным теннисом для развития детей	1		1							
Основы техники настольного тенниса	1								1	
2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП	207									
Гимнастика	18	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Легкая атлетика	27	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Подвижные и спортивные игры	54	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Элементы настольного тенниса	108	11	16	15	13	9	13	13	12	6
3. Контроль /промежуточный/	4									
Нормативы общей физической и специальной физической подготовки	4				2				2	
4. Подведение итогов	1									
Итоговое занятие	1									1
Всего часов:	216	24	28	26	26	20	24	24	26	18

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц СЕНТЯБРЬ														Количество часов в месяц	Форма контроля
	3	5	7	10	12	14	17	19	21	24	26	28				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
1.Основы знаний:																
Вводное занятие. Краткое содержание и программа занятий	+	+	+	+	+										1	наблюдение
Правила поведения и техника безопасности на занятиях	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			1	наблюдение
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП																
Гимнастика															2	наблюдение
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Прыжки через скакалку												+				
Упражнения на гибкость			+			+			+			+				
Упражнения на равновесие	+			+			+									
Лёгкая атлетика															3	наблюдение
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/																
Подвижные и спортивные игры															6	наблюдение
Мини футбол												+				
Выбивалы									+							
Элементы настольного тенниса															11	наблюдение
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Передвижения		+		+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Упражнения у стола /подачи/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			24	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц ОКТЯБРЬ															Количество часов в месяц	Форма контроля
	1	3	5	8	10	12	15	17	19	22	24	26	29	31			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
1.Основы знаний:																	
Значение занятий физической культурой и настольным теннисом для развития детей	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			1	наблюдение	
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП																	
Гимнастика															2	наблюдение	
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки через скакалку							+										
Упражнения на гибкость	+			+			+			+			+				
Упражнения на равновесие		+			+			+									
Лёгкая атлетика															3	наблюдение	
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/				+						+							
Ускорения	+						+					+			6	наблюдение	
Подвижные и спортивные игры																	
«Запрещенное движение», «Паровозик»			+			+				+			+	+			
Элементы настольного тенниса															16	наблюдение	
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Передвижения			+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения у стола /подачи, удар толчком/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28		

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц НОЯБРЬ														Количество часов в месяц	Форма контроля
	2	5	7	9	12	14	16	19	21	23	26	28	30			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13			
1.Основы знаний:																
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП																
Гимнастика															2	наблюдение
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки через скакалку							+									
Упражнения на гибкость	+			+			+			+						
Упражнения на равновесие		+			+			+			+		+			
Лёгкая атлетика															3	наблюдение
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/			+							+						
Ускорения		+					+				+		+			
Упражнения на пресс				+					+			+				
Подвижные и спортивные игры															6	наблюдение
«Второй лишний», «Картошка», «Паровозик»			+			+				+						
Элементы настольного тенниса															15	наблюдение
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Передвижения			+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения у стола /подачи, удар толчком/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26		

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц ДЕКАБРЬ															Количество часов в месяц	Форма контроля
	3	5	7	10	12	14	17	19	21	24	26	28	31				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
1.Основы знаний:																	
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП																	
Гимнастика																2	наблюдение
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки через скакалку									+								
Упражнения на гибкость				+			+			+		+					
Упражнения на равновесие	+			+			+			+							
Лёгкая атлетика																3	наблюдение
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/													+				
Ускорения				+		+						+		+			
Упражнения на пресс				+									+				
Подвижные и спортивные игры																6	наблюдение
«Третий лишний», «Попади в цель»				+	+						+						
Элементы настольного тенниса																13	наблюдение
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Передвижения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения у стола /подачи, удар толчком/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Двусторонняя игра	+	+	+			+				+	+	+	+				
Контроль /промежуточный/				+	+		+	+	+						2	тестирование	
Нормативы общей физической и специальной физической подготовки																	
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26		

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц ЯНВАРЬ														Количество часов в месяц	Форма контроля
	9	11	14	16	18	21	23	25	28	30						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10						
1.Основы знаний:																
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП																
Гимнастика															2	наблюдение
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
Прыжки через скакалку	+			+			+			+						
Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа	+			+			+			+						
Упражнения на гибкость	+			+			+			+						
Упражнения на равновесие			+			+			+							
Лёгкая атлетика															3	наблюдение
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/			+			+			+							
Ускорения	+			+			+			+						
Упражнения на пресс		+			+			+								
Шестиминутный бег						+										
Подвижные и спортивные игры															6	наблюдение
«Попадив цель», «Колбаска»		+			+											
Элементы настольного тенниса															9	наблюдение
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
Передвижения		+		+	+	+	+	+	+	+						
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
Упражнения у стола /подачи, накат, подрезка/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2					20	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц ФЕВРАЛЬ														Количество часов в месяц	Форма контроля
	1	4	6	8	11	13	15	18	20	22	25	27				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
1.Основы знаний:																
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП																
Гимнастика															2	наблюдение
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки через скакалку			+			+		+								
Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа			+			+		+								
Упражнения на гибкость			+			+		+								
Упражнения на равновесие	+			+			+			+	+					
Лёгкая атлетика															3	наблюдение
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/	+			+			+			+						
Ускорения			+			+										
Упражнения на пресс		+			+				+		+	+				
Шестиминутный бег	+							+								
Подвижные и спортивные игры															6	наблюдение
«Третий лишний», «Колбаска», «Попади в цель»	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Элементы настольного тенниса															13	наблюдение
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Передвижения		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения у стола /подачи, толчок, накат/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Двусторонняя игра	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		24	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц МАРТ														Количество часов в месяц	Форма контроля
	1	4	6	11	13	15	18	20	22	25	27	29				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
1.Основы знаний:																
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей. ОФП																
Гимнастика															2	наблюдение
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки через скакалку	+		+			+			+							
Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа	+		+			+			+							
Упражнения на гибкость	+		+			+			+							
Упражнения на равновесие				+			+			+		+				
Лёгкая атлетика														3	наблюдение	
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/				+			+			+		+				
Ускорения	+		+			+					+					
Упражнения на пресс		+			+			+		+						
Шестиминутный бег									+			+				
Подвижные и спортивные игры														6	наблюдение	
«Третий лишний», «Колбаска», «Попади в цель»	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Элементы настольного тенниса														13	наблюдение	
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Передвижения		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения у стола /подачи, толчок, накат/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Двусторонняя игра	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	24		

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц АПРЕЛЬ														Количество часов в месяц	Форма контроля
	1	3	5	8	10	12	15	17	19	22	24	26	29			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13			
1.Основы знаний:																
Основы техники настольного тенниса															1	наблюдение
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей.ОФП																
Гимнастика															2	наблюдение
Построения, перестроения, ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки через скакалку	+			+			+			+						
Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа	+			+			+			+						
Упражнения на гибкость	+			+			+			+						
Упражнения на равновесие		+			+			+			+		+			
Лёгкая атлетика															3	наблюдение
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/		+			+			+								
Ускорения	+			+			+					+				
Упражнения на пресс			+			+			+		+		+			
Шестиминутный бег		+								+						
Подвижные и спортивные игры															6	наблюдение
«Третий лишний», «Колбаска», «Попади в цель»	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Элементы настольного тенниса															12	наблюдение
Стойки	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Передвижения			+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Упражнения у стола /подачи,толчок, накат/	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Двусторонняя игра	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+			
Контроль /промежуточный/				+	+		+	+	+				+	2	тестирование	
Нормативы общей физической и специальной физической подготовки																
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	26	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 3, 1 года обучения

Время проведения занятий: вторник – 16:00-17:40, четверг – 16:00-17:40, суббота 14:00-15:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ Дата занятий Номер занятий	Месяц МАЙ														Количество часов в месяц	Форма контроля
	3	6	8	10	13	15	17	20	22							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9							
1.Основы знаний:																
2.Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей.ОФП																
Гимнастика															2	наблюдение
Построения, перестроения	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
ОРУ	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
Прыжки через скакалку	+			+			+									
Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа	+			+			+									
Упражнения на гибкость	+			+			+									
Упражнения на равновесие			+			+			+							
Лёгкая атлетика														3	наблюдение	
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/			+			+			+							
Ускорения	+			+			+									
Упражнения на пресс		+			+			+								
Шестиминутный бег									+							
Подвижные и спортивные игры														6	наблюдение	
«Третий лишний», «Колбаска», «Попади в цель»	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
Элементы настольного тенниса														6	наблюдение	
Стойки, передвижения	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
Набивания	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
Упражнения с ракеткой и мячом	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
Упражнения у стола /подачи, толчок, накат/	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
Двусторонняя игра	+	+	+	+	+	+	+	+	+							
4. Подведение итогов														1	наблюдение	
Итоговое занятие									+							
Всего часов:	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2					18	