

Годовой календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 4, 1 года обучения

Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40

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	14	17	11	9	13	13	12	8
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	26	28	24	20	24	24	26	20

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 4, 1 года обучения
Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40
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
	4	6	7	11	13	14	18	20	21	25	27	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 № 4, 1 года обучения

Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

[illegible]

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 4, 1 года обучения

Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

[illegible]

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 4, 1 года обучения
Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40
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
	4	6	7	11	13	14	18	20	21	25	27	28				
	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									+							
Упражнения на гибкость			+			+			+			+				
Упражнения на равновесие	+			+			+			+					3	наблюдение
Лёгкая атлетика																
Разновидности ходьбы и бега	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+				
Прыжки / с 2х на 2, на 1, из глубокого седа, правым, левым боком/												+				
Ускорения			+		+						+					
Упражнения на пресс		+										+			6	наблюдение
Подвижные и спортивные игры																
«Третий лишний», «Попади в цель»		+	+							+						
Элементы настольного тенниса															111	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			24	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 4, 1 года обучения
Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40
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
	10	11	15	17	18	22	24	25	29	31						
	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 № 4, 1 года обучения
Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40
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	5	7	8	12	14	15	19	21	22	26	28				
	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			24	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 4, 1 года обучения
Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40
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	5	7	12	14	15	19	21	22	26	28	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			24	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 4, 1 года обучения

Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40

Место проведения – Ленинградская наб. 34/3

Форма занятия - групповая

Педагог дополнительного образования Петренко Н.Н.

[illegible]

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 4, 1 года обучения
Время проведения занятий: среда - 18:00-19:40, пятница – 18:00-19:40, суббота 16:00-17:40
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
	2	3	7	10	14	16	17	21	23	24						
	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
«Третий лишний», «Колбаска», «Попади в цель»	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+						
Элементы настольного тенниса															8	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					20	