

Годовой календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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	13	16	11	15	9	13	15	12	4
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	26	28	22	28	20	24	26	26	16

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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
	2	3	5	9	10	12	16	17	19	23	24	26	30				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13				
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																13	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				26	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 5, 1 года обучения

Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40

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 № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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
	5	7	11	12	14	18	19	21	25	26	28						
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11						
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																	
«Второй лишний», «Картошка», «Паровозик»			+			+				+							
Элементы настольного тенниса																11	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				22		

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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
	2	3	5	9	10	12	16	17	19	23	24	26	30	31			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
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																15	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			28	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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	13	14	16	20	21	23	27	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 № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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
	3	4	6	10	11	13	17	18	20	24	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			24	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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
	3	4	6	10	11	13	17	18	20	24	25	27	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	+		+			+			+							
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			26	

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист

Группа № 5, 1 года обучения

Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40

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	7	8	10	14	15	17	21	22	24	28	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		
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		26		

Календарный учебный график на месяц на 2024/2025 учебный год

Объединение: Юный теннисист
Группа № 5, 1 года обучения
Время проведения занятий: понедельник – 18:00-19:40, вторник – 18:00-19:40, четверг – 18:00-19:40
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
	5	6	8	12	13	15	19	20								
	1	2	3	4	5	6	7	8								
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															4	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							16	