

«ПРИНЯТО»:

на заседании Педагогического совета
ГБУ ДО ЦДЮТТ Кировского района
Санкт-Петербурга

Протокол № 1

«30» августа 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»:

Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ
Кировского района Санкт-Петербурга

Е.С. Ясинская

«30» августа 2017 г.

приказ № 61-ОД

Календарно-тематическое планирование

Группа 3

Год обучения 1

Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
планируе мая	фактичес кая			
		Введение	2	
11.09		Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Знакомство с детьми, оценка физических данных. Тест-упражнения	2 ✓	
		Р-1 Основные акробатические упражнения	70	
		Т-1 Общеразвивающие упражнения	16	
13.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения на месте	2 ✓	
18.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения на месте	2 ✓	
20.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения на месте	2 ✓	
25.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения в движении	2 ✓	
27.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения в движении	2 ✓	
2.10		Т-1 Общеразвивающие упражнения в движении	2 ✓	
4.10		Т-1 Общеразвивающие упражнения с предметами	2 ✓	
9.10		Т-1 Общеразвивающие упражнения с предметами	2 ✓	
		Т-2 Общефизическая подготовка	14	
11.10		Т-2 ОФП на силу	2 ✓	
16.10		Т-2 ОФП на силу	2 ✓	
18.10		Т-2 ОФП на координацию	2 ✓	
23.10		Т-2 ОФП на координацию	2 ✓	

25.10		T-2 ОФП на выносливость	2	✓	
30.10		T-2 ОФП на выносливость	2	✓	
1.11		T-2 ОФП на выносливость	2	✓	
		T-3 Элементы акробатики	20		
8.11		T-3 Перекаты, группировки, упор присев	2	✓	
13.11		T-3 Перекаты, группировки, упор присев	2	✓	
15.11		T-3 Кувырки, мост	2	✓	
20.11		T-3 Кувырки, мост	2	✓	
22.11		T-3 Кувырки, мост	2	✓	
24.11		T-3 Кувырки, мост	2	✓	
29.11		T-3 Стойки	2	✓	
4.12		T-3 Стойки	2	✓	
6.12		T-3 Стойки	2	✓	
11.12		T-3 Стойки	2	✓	
		T-4 Акробатические прыжки	20		
13.12		T-4 Акробатические прыжки разбег, подскоки, наскоки	2	✓	
18.12		T-4 Акробатические прыжки, длинный кувырок вперед	2	✓	
20.12		T-4 Акробатические прыжки, длинный кувырок вперед	2	✓	
28.12		T-4 Акробатические прыжки, длинный кувырок вперед	2	✓	
24.12		T-4 Акробатические прыжки, длинный кувырок вперед	2	✓	
10.01		T-4 Акробатические прыжки с камеры	2	✓	
15.01		T-4 Акробатические прыжки с камеры	2	✓	
17.01		T-4 Акробатические прыжки с камеры	2	✓	
22.01		T-4 Акробатические прыжки с камеры	2	✓	
24.01		T-4 Акробатические прыжки с камеры	2	✓	
		P-2 Основы классической хореографии	26		
		T-1 Партер	4	✓	
29.01		T-1 Партер	2	✓	
31.01		T-1 Партер	2	✓	
		T-2 Растяжка, равновесие	8		
5.02		T-2 Растяжка	2	✓	
7.02		T-2 Растяжка	2	✓	
12.02	5.03	T-2 Равновесие	2	✓	
14.02	7.03	T-2 Равновесие	2	✓	
		T-3 Хореографические прыжки	4		
19.02	12.03	T-3 Хореографические прыжки	2	✓	
21.02	14.03	T-3 Хореографические прыжки	2	✓	
		T-4 Танцевальные движения	10		
26.02		T-4 Танцевальные движения - работа рук	2	✓	
28.02		T-4 Танцевальные движения - работа ног	2	✓	
19.03		T-4 Танцевальные движения - подскоки	2	✓	

21.03	T-4 Танцевальные движения - галопы	2	✓	
26.03	T-4 Танцевальные движения - повороты	2	✓	
	P-3 Знакомство с другими видами спорта	30		
	T-1 Спортивная и художественная гимнастика	6		
28.03	T-1 Упражнения с предметами	2	✓	
2.04	T-1 Упражнения с предметами	2		
4.04	T-1 Упражнения на скамейке и в висе	2		
	T-2 Волейбол	6		
9.04	T-2 Упражнения с мячом	2		
11.04	T-2 Удары по мячу	2		
16.04	T-2 Удары по мячу	2		
	T-3 Баскетбол	6		
18.04	T-3 Ведение мяча	2		
23.04	T-3 Ведение мяча	2		
25.04	T-3 Ведение мяча	2		
	T-4 Легкая атлетика	6		
30.04	T-4 Легкая атлетика - бег	2		
	T-4 Легкая атлетика - прыжки	2		
	T-4 Легкая атлетика - прыжки	2		
	T-5 Дартс	6		
	T-5 Дартс - хват	2		
	T-5 Дартс - метание	2		
	T-5 Дартс - метание	2		
	P-4 Подвижные игры	12		
	T-1 Игры с предметом	4		
12.02	T-1 Игры с предметом	2	✓	Ф
14.02	T-1 Игры с предметом	2	✓	Ф
	T-2 Ролевые игры	4		
19.02	T-2 Ролевые игры	2	✓	Ф
21.02	T-2 Ролевые игры	2	✓	Ф
	T-3 Эстафеты	4		
	T-3 Эстафеты	2		
	T-3 Эстафеты	2		
	Итоговое занятие	2		
	Учебно-массовые мероприятия	2		
		144		