

«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

«31» 08 2017 г.

приказ № 81-ОД

Календарно-тематическое планирование

Группа 1 ГСС

Год обучения 1 (216ч)

Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
планируе мая	фактиче ская			
Введение			3	
12.09		Цель занятий в объединении. Правила поведения на занятии. Техника безопасности. Знакомство с детьми, оценка физических данных. Упражнения-тесты	3 ✓	
Р-1 Основные акробатические упражнения			168	
		Т-1 Общеразвивающие упражнения	12	
13.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения на месте	3 ✓	
19.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения на месте	3 ✓	
22.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения на месте	3 ✓	
26.09		Т-1 Общеразвивающие упражнения в движении	3 ✓	
		Т-2 Специальная физическая подготовка (СФП)	24	
29.09		Т-2 Упражнения на гибкость, ловкость, координацию	3 ✓	
3.10		Т-2 Упражнения на гибкость, ловкость, координацию	3 ✓	
6.10		Т-2 Упоры, группировка, перекувы	3 ✓	
10.10		Т-2 Упоры, группировка, перекувы	3 ✓	
13.10		Т-2 Кувырки, мост колесо	3 ✓	
17.10		Т-2 Кувырки, мост, колесо	3 ✓	
20.10		Т-2 Стойки перевороты	3 ✓	
24.10		Т-2 Стойки, перевороты	3 ✓	
		Т-3 Балансовые упражнения (пирамиды)	36	
27.10		Т-3 Пирамиды	3 ✓	

31.10		T-3 Пирамиды	3	✓	
3.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
7.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
10.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
14.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
17.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
21.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
24.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
28.11		T-3 Пирамиды	3	✓	
1.12		T-3 Пирамиды	3	✓	
5.12		T-3 Пирамиды	3	✓	
		T-4 Вольтижные упражнения	36		
8.12		T-4 Вольтиж	3	✓	
12.12		T-4 Вольтиж	3	✓	
15.12		T-4 Вольтиж	3	✓	
19.12		T-4 Вольтиж	3	✓	
22.12		T-4 Вольтиж	3	✓	
26.12		T-4 Вольтиж	3	✓	
29.12		T-4 Вольтиж	3	✓	
9.01		T-4 Вольтиж	3	✓	
12.01		T-4 Вольтиж	3	✓	
16.01		T-4 Вольтиж	3	✓	
19.01		T-4 Вольтиж	3	✓	
23.01		T-4 Вольтиж	3	✓	
		T-5 Акробатические прыжки	36		
26.01		T-5 Акробатические прыжки - разбег, подскоки, наскоки	3	✓	
30.01		T-5 Акробатические прыжки - разбег, подскоки, наскоки, вальсет	3	✓	
2.02		T-5 Акробатические прыжки - разбег, подскоки, наскоки, вальсет	3	✓	
6.02		T-5 Акробатические прыжки - разбег, подскоки, наскоки, вальсет	3	✓	
9.02		T-5 Колесо с разбега	3	✓	
13.02		T-5 Колесо с разбега	3		
16.02	2.03	T-5 Рондат Акробатические прыжки с камеры	3	✓	
20.02	6.03	T-5 Рондат Акробатические прыжки с камеры	3	✓	
24.02		T-5 Рондат Акробатические прыжки с камеры	3	✓	
13.03		T-5 Прыжковые связки	3	✓	
16.03		T-5 Прыжковые связки	3	✓	
20.03		T-5 Прыжковые связки	3	✓	
		T-6 Общефизическая подготовка(ОФП)	24		
23.03		T-2 ОФП на силу	3	✓	
27.03		T-2 ОФП на силу	3	✓	
30.03		T-2 ОФП на силу	3	✓	
3.04		T-2 ОФП на силу	3		
6.04		T-2 ОФП на координацию	3		

10.04		Т-2 ОФП на координацию и выносливость	3	
13.04		Т-2 ОФП на координацию и выносливость	3	
17.04		Т-2 ОФП на выносливость	3	
Р-2 Основы классической хореографии			24	
		Т-1 Станок (Экзерсис)	6	
20.04		Т-1 Станок	3	
24.04		Т-1 Станок	3	
		Т-2 Партер, хореографические прыжки	6	
27.04		Т-2 Партер, хореографические прыжки	3	
		Т-2 Партер, хореографические прыжки	3	
		Т-3 Растяжка, равновесие	6	
		Т-3 Растяжка, равновесие	3	
		Т-3 Растяжка, равновесие	3	
		Т-4 Композиция под музыкальное сопровождение	6	
		Т-4 Композиция под музыкальное сопровождение	3	
		Т-4 Композиция под музыкальное сопровождение	3	
Р-4 Подвижные игры			12	
		Т-1 Игры с предметом	6	
16.02		Т-1 Игры с предметом	3 ✓	Ф
20.02		Т-1 Игры с предметом	3 ✓	
		Т-2 Эстафеты	6	
		Т-2 Эстафеты	3	
		Т-2 Эстафеты	3	
		Итоговое занятие	3	
		Учебно-массовые мероприятия	6	
		Учебно-массовые мероприятия	3	
		Учебно-массовые мероприятия	3	
		Всего	216ч	