

Управление образования администрации муниципального района «Сосногорск»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей» пгт. Нижний Одес
(МБУДО «ЦДОД» пгт. Нижний Одес)

«ПРИНЯТА»
на заседании
педагогического совета
Протокол от 31.05.2023 № 4

«УТВЕРЖДЕНА»
Приказом МБУДО «ЦДОД»
пгт. Нижний Одес
от 31.05.2023 № 111 од
директор С.Ю. Поливанова

«РАССМОТРЕНА»
на заседании родительского совета
Протокол от 29.05.2023 № 2

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«**Локомотив**» **спортивное объединение**

адресат программы: учащиеся **5-16** лет
вид программы по уровню освоения: **базовый**
срок реализации программы: **4 года**
разработчик программы:
Соплин Владимир Владиславович
педагог дополнительного образования

пгт. Нижний Одес
2023 год

I. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Актуальность.

Согласно Концепции развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации № 678-р от 31.03.2022 г., «в рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта необходимо создать условия для вовлечения детей... в мероприятия, содержащие элементы различных видов спорта, развивать командные, индивидуальные и игровые виды деятельности, способствующие физическому, духовному, интеллектуальному, здоровьесберегающему и патриотическому воспитанию детей». Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья детей, снижения жизненного тонуса. Известно также, что в школе тенденция к ухудшению здоровья детей с возрастом усиливается, дети приобретают ряд физических недостатков и вредных привычек. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления школьников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей на свежем воздухе.

Актуальность данной программы также в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

В современной социально-экономической ситуации эффективность системы дополнительного образования особенно актуальна, так как именно этот вид образования ориентирован на свободный выбор ребенком интересующих его видов спорта и форм деятельности, развитие его представлений о здоровом образе жизни, становлении познавательной мотивации и способностей.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации. Сохранение и культивирование условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством занятий спортом.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься разными видами спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Отличительные особенности данной программы Особенностью программы можно считать знакомство со всеми спортивными играми. Это футбол, включая все его разновидности мини-футбол, футзал. Обучение баскетболу, хоккею.

Программа предполагает использование спортивных игр и упражнений в комплексе с другими физкультурно-оздоровительными мероприятиями, ориентирована на формирование самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

Адресат программы

В программе принимают участие обучающиеся от 5 до 16 лет.

1 год обучения-5-7 лет

2 год обучения-8-9 лет

3 год обучения-10-14 лет

4 год обучения-15-16 лет

Вид программы по уровню освоения-базовый

Направленность (профиль) программы-физкультурно-спортивная

Объем программы- 1188 часов: 1 год обучения-216 часов, 2 год обучения-288 часов, 3 год обучения-360 часов, 4 год обучения-324 часа

Срок реализации программы-4 года

Формы обучения-очная

Режим занятий. Занятия учебных групп проводятся:

1-й год – 3 занятия в неделю по 2 часа.

2-й год - 4 занятия в неделю по 2 часа.

3-й год- 5 занятий в неделю по 2 часа

4-й год-3 занятия в неделю по 3 часа

Особенности организации образовательного процесса- занятия проводятся в группах постоянного состава одного возраста (группа 5-7 лет, группа 8-9 лет, группа 10-14 лет, группа 15-16 лет). Программа реализуется в очной форме учебного-тренировочного занятия. Обучение осуществляется в группах численностью 15 человек.

Формы организации деятельности: групповые занятия. Предусматривается возможность индивидуальных занятий.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель. Формирование гармоничного физического и нравственного развитие ребенка через приобщение к спортивным играм и упражнениям с учетом состояния здоровья, уровня физической подготовленности и развития.

Задачи

воспитательные:

- вырабатывание позитивного отношения к выбранным видам спорта
- формирование привычек здорового образа жизни
- развитие физических качеств: выносливость, гибкость, ловкость, координационные возможности, скоростные способности
- развитие личностных качеств: выдержка, целеустремленность, инициативность, смелость, организованность

обучающие:

- получения представления об истории развития спортивных игр
- приобретение знаний о различных видах спорта
- приобретение навыков игры в футбол, хоккей, баскетбол
- приобретение личного опыта участия в соревнованиях

развивающие:

- развитие коммуникативных умений
- развитие познавательного интереса к выбранным видам спорта
- развитие самостоятельности
- развитие умений оценивать результаты своего труда, умений управлять своими эмоциями.

1.3. Содержание программы

**Учебный план
1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля и/или аттестации
		всего	теория	практика	
Раздел 1. История развития спорта - 10					
1.1	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Физическая культура и спорт в России	2	2		Тестирование
1.2	Влияние физических упражнений на организм человека	4	2	2	Комплекс игр, упражнений
1.3	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	4	2	2	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-50					
2.1	Общая физическая подготовка	20	2	18	Тестирование Комплекс упражнений
2.2	Специальная физическая подготовка	30	2	28	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 3. Спортивные игры-156					
3.1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	40	8	32	Тестирование Комплекс упражнений
3.2	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	40	8	32	Тестирование Комплекс упражнений

3.3	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	76	8	68	Тестирование Комплекс упражнений
Итого часов:		216	34	182	

Содержание

Раздел 1. История развития спорта - 12 часов

1.1 Введение.

Теория: Знакомство с группой. Правила техники безопасности. Инструктаж по ПБ, ТБ.

Физическая культура и спорт в России. История развития спорта, изучение спортивных терминов, профессий спортсменов. Особенности и отличительные черты спорта; различные виды спорта.

1.2 Влияние физических упражнений на организм человека

Теория: Спортивная игра «чем интересней этот вид спорта?». Спортивная тренировка как процесс совершенствования функций организма. Понятия об утомляемости и переутомлении.

Практика. Спортивная игра

1.3 Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена

Теория: Выявление режима дня у детей. Просмотр отрывков разных видов спорта с обсуждением. Вред курения и алкоголя и наркотиков на растущий организм. Различие тренировок. Понятие о тренировке и спортивной форме.

Практика: тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-50 часов

Теория: Обучение тактике и стратегии спортивных игр. Обобщение и связь тактики и стратегии в спортивных играх. Методы и средства, общей и специальной физической подготовки и их особенности в связи с возрастом занимающихся.

Практика: Общая физическая подготовка. Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. Челночный бег, прыжки в длину, с места, с разбега. Метание малого мяча в цель и на дальность. Подвижные игры на развитие координации и внимательности. Специальная физическая подготовка: подвижные игры подводящие непосредственно к основной теме занятий.

Раздел 3. Спортивные игры-156 часов

3.1. Теория: Правила игры в футбол: Цель игры и её составляющие. Поле, количество игроков, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам.

Практика: индивидуальная и командная игра.

3.2. Теория: Правила игры в баскетбол: цель игры и её составляющие. Площадка, кольца, состав команды, форма, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, дриблинг, перетасовка, броски в кольцо. Индивидуальная и командная игра.

Практика. Игра в баскетбол.

3.3. Техника передвижения на коньках. Посадка (стойка) хоккеиста. Техника скольжения на двух и одном коньках. Техника передвижения на коньках длинным (скользящим), коротким (ударным) шагами. Торможение «плугом», «полуплугом», двумя коньками с поворотом на 90°, прыжком, одним коньком (внутренним, наружным). Остановки. Изменение направления бега с помощью переступания без отрыва коньков ото льда, на одном коньке, прыжком, скрестным шагом, перебежкой (слаломный бег). Бег по виражу вправо, влево, по «восьмерке», по кругу. Бег спиной вперед без отрыва коньков ото льда, с отрывом коньков ото льда, переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперед по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмерке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений. Повороты прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперед к бегу лицом вперед и обратно. Прыжки толчком одной и двумя ногами с приземлением на одну и две ноги. Опускание и падение на одно, два колена; различные кувырки с последующим быстрым вставанием.

**Учебный план
2 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля и/или аттестации
		всего	теория	практика	
Раздел 1. История развития спорта - 6					
1.1	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Физическая культура и спорт в России	2	2		Тестирование
1.2	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	4	2	2	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-60					
2.1	Общая физическая подготовка	30	2	28	Тестирование Комплекс упражнений
2.2	Специальная физическая подготовка	30	2	28	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 3. Спортивные игры-222					
3.1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	50	8	42	Тестирование Комплекс упражнений
3.2	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	50	8	42	Тестирование Комплекс упражнений
3.3	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	90	8	82	Тестирование Комплекс упражнений
3.4	Правила соревнований их организации и проведения	10	2	8	Тестирование
3.5	Контрольные игры и соревнования	22	2	20	Контрольные игры, контрольные нормативы
Итого часов:		288	36	252	

Содержание

Раздел 1. История развития спорта - 6 часов

1.1 Введение.

Теория: Правила техники безопасности. Инструктаж по ПБ, ТБ.

Физическая культура и спорт в России. Государственное значение физической культуры и спорта.

Задачи развития массовой физ. культуры

1.2 Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена

Теория: Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Использование естественных факторов (солнце, воздух, вода) в Целях закаливания организма.

Меры личной, общественной и санитарно-гигиенической профилактики.

Практика: тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-60 часов

Теория: Обучение тактике и стратегии спортивных игр. Обобщение и связь тактики и стратегии в спортивных играх. Методы и средства, общей и специальной физической подготовки и их особенности в связи с возрастом занимающихся.

Практика: Общая физическая подготовка. Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. Челночный бег, прыжки в длину, с места, с разбега. Метание малого мяча в цель и на дальность. Подвижные игры на развитие координации и внимательности. Специальная физическая подготовка: подвижные игры подводящие непосредственно к основной теме занятий.

Раздел 3. Спортивные игры-222 часа

3.1. Теория: Правила игры в футбол: Цель игры и её составляющие. Поле, количество игроков, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам.

Практика: индивидуальная и командная игра.

3.2. Теория: Правила игры в баскетбол: цель игры и её составляющие. Площадка, кольца, состав команды, форма, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, дриблинг, перетасовка, броски в кольцо. Индивидуальная и командная игра.

Практика. Игра в баскетбол.

3.3. Техника передвижения на коньках. Посадка (стойка) хоккеиста. Техника скольжения на двух и одном коньках. Техника передвижения на коньках длинным (скользящим), коротким (ударным) шагами. Торможение «плугом», «полуплугом», двумя коньками с поворотом на 90°, прыжком, одним коньком (внутренним, наружным). Остановки. Изменение направления бега спомощью переступания без отрыва коньков ото льда, на одном коньке, прыжком, скрестным шагом, перебежкой (слаломный бег). Бег по виражу вправо, влево, по «восьмерке», по кругу. Бег спиной вперед без отрыва коньков ото льда, с отрывом коньков ото льда, переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперед по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмерке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений. Повороты прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперед к бегу лицом вперед и обратно. Прыжки толчком одной и двумя

ногами спириземлением на одну и две ноги. Опускание и падение на одно, два колена; различные кувырки с последующим быстрым вставанием.

3.4 Теория: Правила соревнований их организации и проведения. Роль соревнований в спортивной подготовке спортсменов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Практика: Организация и проведение соревнований.

3.5. Теория: Инструктаж по ТБ во время соревнований. Анализ и обсуждение проведенных соревнований.

Практика: Участие в различных соревнованиях различного уровня

Учебный план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля и/или аттестации
		всего	теория	практика	
Раздел 1. История развития спорта - 6					
1.1	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Международное спортивное движение.	2	2		Тестирование
1.2	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	4	2	2	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-90					
2.1	Общая физическая подготовка	40	2	38	Тестирование Комплекс упражнений
2.2	Специальная физическая подготовка	50	2	48	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 3. Спортивные игры-264					
3.1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	60	8	52	Тестирование Комплекс упражнений
3.2	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	60	8	52	Тестирование Комплекс упражнений
3.3	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	100	8	92	Тестирование Комплекс упражнений
3.4	Правила соревнований их организации и проведения	10	2	8	Тестирование
3.5	Контрольные игры и соревнования	34	2	32	Контрольные игры, контрольные нормативы
Итого часов:		360	36	324	

Содержание

Раздел 1. История развития спорта - 6 часов

1.1 Введение.

Теория. Вводное занятие. Международное спортивное движение. Олимпийские игры. Виды олимпийских игр. Достижения сборных команд России по футболу, баскетболу, хоккею в международных соревнованиях.

1.2 Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена-4 часа

Теория: Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Использование естественных факторов (солнце, воздух, вода) в Целях закаливания организма.

Меры личной, общественной и санитарно-гигиенической профилактики.

Практика: тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-90 часов

Теория: Обучение тактике и стратегии спортивных игр. Обобщение и связь тактики и стратегии в спортивных играх. Методы и средства, общей и специальной физической подготовки и их особенности в связи с возрастом занимающихся.

Практика: Общая физическая подготовка. Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. Челночный бег, прыжки в длину, с места, с разбега. Метание малого мяча в цель и на дальность. Подвижные игры на развитие координации и внимательности. Специальная физическая подготовка: подвижные игры подводящие непосредственно к основной теме занятий.

Раздел 3. Спортивные игры-264 часа

3.1. Теория: Правила игры в футбол: Цель игры и её составляющие. Поле, количество игроков, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам.

Практика: индивидуальная и командная игра.

3.2. Теория: Правила игры в баскетбол: цель игры и её составляющие. Площадка, кольца, состав команды, форма, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, дриблинг, перетасовка, броски в кольцо. Индивидуальная и командная игра.

Практика. Игра в баскетбол.

3.3. Техника передвижения на коньках. Посадка (стойка) хоккеиста. Техника скольжения на двух и одном коньках. Техника передвижения на коньках длинным (скользящим), коротким (ударным) шагами. Торможение «плугом», «полуплугом», двумя коньками с поворотом на 90°, прыжком, одним коньком (внутренним, наружным). Остановки. Изменение направления бега спомощью переступания без отрыва коньков ото льда, на одном коньке, прыжком, скрестным шагом, перебежкой (слаломный бег). Бег по виражу вправо, влево, по «восьмерке», по кругу. Бег спиной вперед без отрыва коньков ото льда, с отрывом коньков ото льда, переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперед по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмерке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений. Повороты прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперед к бегу лицом вперед и обратно. Прыжки толчком одной и двумя ногами с приземлением на одну и две ноги. Опускание и падение на одно, два колена; различные кувырки с последующим быстрым вставанием.

3.4 Теория: Правила соревнований их организации и проведения. Роль соревнований в спортивной подготовке спортсменов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Практика: Организация и проведение соревнований.

3.5. Теория: Инструктаж по ТБ во время соревнований. Анализ и обсуждение проведенных соревнований.

Практика: Участие в различных соревнованиях различного уровня.

**Учебный план
4 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля и/или аттестации
		всего	теория	практика	
Раздел 1. История развития спорта - 6					
1.1	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Международное спортивное движение.	2	2		Тестирование
1.2	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	4	2	2	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-70					
2.1	Общая физическая подготовка	30	2	28	Тестирование Комплекс упражнений
2.2	Специальная физическая подготовка	40	2	38	Тестирование Комплекс упражнений
Раздел 3. Спортивные игры-158					
3.1	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	50	8	42	Тестирование Комплекс упражнений
3.2	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	50	8	42	Тестирование Комплекс упражнений
3.3	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	86	8	78	Тестирование Комплекс упражнений
3.4	Правила соревнований их организации и проведения	10	2	8	Тестирование
3.5	Контрольные игры и соревнования	52	2	50	Контрольные игры, контрольные нормативы
Итого часов:		234	36	198	

Содержание

Раздел 1. История развития спорта - 6 часов

1.1 Введение.

Теория. Вводное занятие. Международное спортивное движение. Олимпийские игры. Виды олимпийских игр. Достижения сборных команд России по футболу, баскетболу, хоккею в международных соревнованиях.

1.2 Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена-4 часа

Теория: Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Использование естественных факторов (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма.

Меры личной, общественной и санитарно-гигиенической профилактики.

Практика: тренировки.

Раздел 2. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка-70 часов

Теория: Обучение тактике и стратегии спортивных игр. Обобщение и связь тактики и стратегии в спортивных играх. Методы и средства, общей и специальной физической подготовки и их особенности в связи с возрастом занимающихся.

Практика: Общая физическая подготовка. Упражнения для развития мышц рук и плечевого сустава, упражнения для мышц туловища и шеи, ног и таза. Бег на короткие дистанции, высокий и низкий старт. Челночный бег, прыжки в длину, с места, с разбега. Метание малого мяча в цель и на дальность. Подвижные игры на развитие координации и внимательности. Специальная физическая подготовка: подвижные игры подводящие непосредственно к основной теме занятий.

Раздел 3. Спортивные игры-158 часа

3.1. Теория: Правила игры в футбол: Цель игры и её составляющие. Поле, количество игроков, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, набивание, ведение мяча, удары по воротам.

Практика: индивидуальная и командная игра.

3.2. Теория: Правила игры в баскетбол: цель игры и её составляющие. Площадка, кольца, состав команды, форма, время игры, основные нарушения. Техника игры: работа с мячом, дриблинг, перетасовка, броски в кольцо. Индивидуальная и командная игра.

Практика. Игра в баскетбол.

3.3. Техника передвижения на коньках. Посадка (стойка) хоккеиста. Техника скольжения на двух и одном коньках. Техника передвижения на коньках длинным (скользящим), коротким (ударным) шагами. Торможение «плугом», «полуплугом», двумя коньками с поворотом на 90°, прыжком, одним коньком (внутренним, наружным). Остановки. Изменение направления бега спомощью переступания без отрыва коньков ото льда, на одном коньке, прыжком, скрестным шагом, перебежкой (слаломный бег). Бег по виражу вправо, влево, по «восьмерке», по кругу. Бег спиной вперед без отрыва коньков ото льда, с отрывом коньков ото льда, переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперёд по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмерке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений. Повороты прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперёд к бегу лицом вперёд и обратно. Прыжки толчком одной и двумя ногами с приземлением на одну и две ноги. Опускание и падение на одно, два колена; различные кувырки с последующим быстрым вставанием.

3.4 Теория: Правила соревнований их организации и проведения. Роль соревнований в спортивной подготовке спортсменов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Практика: Организация и проведение соревнований.

3.5. Теория: Инструктаж по ТБ во время соревнований. Анализ и обсуждение проведенных соревнований.

Практика: Участие в различных соревнованиях различного уровня

1.4 Планируемые результаты

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

- излагать факты истории развития физической культуры и различных видов спорта, характеризовать их роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять спортивные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить занятия по различным игровым видам спорта с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных (спортивных) игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

— должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно выбирать и проводить их с товарищами в свободное время;

— выполнять технические действия в базовых игровых видах спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график программы

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Промежуточная аттестация	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 сентября	31 мая	20-25 мая	36	216	3 раза в неделю по 2 часа
2 год	1 сентября	31 мая	20-25 мая	36	288	4 раза в неделю по 2 часа
3 год	1 сентября	31 мая	20-25 мая	36	360	5 раз в неделю по 2 часа
4 год	1 сентября	31 мая	20-25 мая	36	324	3 раза в неделю по 3 часа

Календарно-тематический план программы- Приложение 1

2.2 Условия реализации программы

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Количество
Модули: легкая атлетика, баскетбол и мини-футбол		
1	Гимнастические маты	20
2	Скакалки	15
3	Набивные мячи (0.5 кг)	15
4	Баскетбольные мячи	15
5	Футбольные мячи	15
6	Теннисные мячи	15
7	Клюшки	15
8	Фишки	25
9	Обручи	15
10	Гимнастические палки	15

2.3. Формы контроля/аттестации.

Методы контроля и управления образовательным процессом

- опрос;
- сдача контрольных нормативов
- тестирование.

Контроль ОУУиН проводится в форме наблюдения в сроки, установленные для начального (стартового) контроля и промежуточной (итоговой) аттестации.

Данные заносятся в соответствующий протокол.

Контроль ОУУиН осуществляется по следующим критериям: организационные, информационные, коммуникативные, интеллектуальные умения и навыки.

Мониторинг личностной и поведенческой сферы учащихся проводится два раза в год в начале и конце учебного года. Для проведения мониторинга применяется диагностический инструментарий. На основе данных мониторинга на каждого учащегося составляется индивидуальная карта учета результатов обучения и динамики личностного развития в процессе освоения образовательной программы.

В каждой возрастной группе предусматривается прием контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке, технико-тактической подготовке и регулярные занятия по подготовке к выполнению соответствующих норм комплекса ГТО.

Перевод учащихся в группу следующего года обучения производится на основании решения тренерско-методического коллектива с учетом выполнения контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке, медико-биологических показателей, наличия разряда (если есть).

Итоговая аттестация проводится в конце освоения программы в мае или июне месяце, во время соревновательного периода.

Выполнение программы обучения служит основным критерием оценки качества работы педагога дополнительного образования.

2.4. Оценочные материалы

Критерии	Показатели	Методика изучения	Контроль
Сохранение психологического здоровья учащихся и педагогов. — комфортность, защищенность личности обучающихся.	— отношение обучающихся к основным аспектам жизнедеятельности в спорткомплексе. — уровень тревожности тренера-преподавателя. - удовлетворенность тренера-преподавателя	Данные по комплектованию секций спортивной направленности	Анализ информации психологом и заместителем директора по УВР, доклад на совещании при директоре
	содержанием, организацией и условиями трудовой деятельности, взаимоотношениями в учреждении		
Позитивные изменения ценностных ориентаций детей - уровень мотивации	выбор спортивно-оздоровительных форм и способов самореализации и самоутверждения личности. - стремление обучающихся к занятию спортом и проявлению своих возможностей.	Диагностика физической и спортивной мотивации. «Методика мотивационной сферы» (в начале и конце учебного года).	Анализ информации психологом и заместителем директора по УВР. Доклад на совещании.
Развитие уровней сформированности компонентов учебно-тренировочной деятельности	Развитие рефлексивных способностей	Контрольные тесты Метод-наблюдение. (Методика «Дневник наблюдения»); Методика самооценки, тест на развитость самооценки	Отслеживание динамики личностного роста учащихся при усвоении знаний. Анализ психологом и заместителем директора по УВР
Учет индивидуальных особенностей детей.	-наличие психолого-педагогической документации - учет индивидуальных особенностей детей на занятиях.	Психолого-диагностические тесты; Дневники групп, диагностические карты; Программа наблюдения на занятии.	Административный контроль
Наличие разносторонней образовательной среды — охват всех уровней обучения	— наличие программных материалов, индивидуальных образовательных программ, дидактического материала, оборудования, ТСО — доступность информационной среды (библиотека, медиатека, компьютер)	Опросы, анкетирование, анализ образовательных программ, посещение занятий, учет посещаемости, медиатеки. Выявление у обучающихся отношения к себе, сверстникам, месту занятий.	Административный контроль над образовательными программами, тематическими планами и их использованием. Само и взаимоконтроль. Контроль доступности и востребованности медиатеки.

Формы подведения итогов:

Соревнования различного уровня;
контрольное занятие;
контрольные игры;
сдача контрольных нормативов;
тестирование.

2.5.Методические материалы

Методы и приемы работы:

Сенсорное восприятие (лекция, просмотр видеофильмов, СД).

Коммуникативные (дискуссии, беседы, игры).

Практические (спортивные игры, соревнования).

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Основные задачи, на которые должен опираться педагог дополнительного образования: – укрепление здоровья и закаливание организма; привитие интереса к систематическим занятиям обеспечение всесторонней физической подготовки, развитие силовых, скоростных, скоростно-силовых качеств, координации движений, овладение основным арсеналом технических и тактических приемов игры; приобретение опыта участия в соревнованиях; воспитание судейских и инструкторских навыков; совершенствование навыков самостоятельных занятий.

Изучение теоретического материала программы рекомендуется проводить в форме 10-15 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий. Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, кинокольцовки, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия педагог дополнительного образования рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения. Педагог, подбирая материал для занятий, должен наряду с новым, обязательно включать в занятия упражнения, приемы техники и тактики игры из ранее усвоенного учебного материала для его закрепления и совершенствования.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме групповых занятий по общепринятой методике, разработанной педагогом дополнительного образования. Педагогам рекомендуется давать занимающимся задания на дом для

самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе. Зимой занятия проводятся в тихую погоду при температуре не ниже -10 градусов мороза.

Большое значение должно отводиться физической подготовке, направленной на развитие физических качеств. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических качеств и функциональных возможностей.

Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приемов владения мячом на высокой скорости, улучшить маневренность и подвижность в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от основных особенностей планирования занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определенных физических качеств. Для эмоциональности занятий следует широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются и физические качества занимающихся. В учебных играх и соревнованиях у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый спортсмену – его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка. Для успешного овладения программным материалом необходимо сочетать занятия в секции с самостоятельной работой, которая предлагается учащимся в виде занятий, разработанных педагогом дополнительного образования совместно.

2.6 Воспитательная работа

Цель: воспитание развитой и социально ответственной личности, создание условий и возможностей для самореализации каждого ребенка через реализацию воспитательного потенциала дополнительной образовательной общеобразовательной программы

Задачи:

- поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися на занятиях;
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся.

№	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения
1	«Безопасность на дороге»	Сентябрь	Просмотр презентации «В стране дорожных знаков», беседа.
4	«Безопасный интернет»	Октябрь	Просмотр видеоролика «Безопасный интернет», беседа.
	«Вместе мы - Россия»	Ноябрь	Викторина.
5	« Интернет даёт совет »	Декабрь	Интерактивна игра к Всемирному дню компьютерной грамотности
6	« Время сказочных затей»	Декабрь	Украшение помещения, игровая программа.
6	«По страницам великих открытий»	Январь	Просмотр презентации «По страницам великих открытий» к Дню Российской науки. Беседа
7	«День защитника Отечества»	Февраль	Просмотр презентации «Под солдатской звездой». Беседа.
9	«Число восьмое - не простое»	Март	Просмотр презентации «Международный женский день». Беседа.
10	«День космонавтики»	Апрель	Просмотр презентации, участие в интерактивной игре "Галактика хорошего настроения"
11	«День Победы»	Май	Виртуальный тур по Мамаеву кургану. Участие в акции «Окна Победы». Беседа.

1	Участие в муниципальных, региональных, всероссийских конкурсах	В течение года
2	Индивидуальное консультирование родителей, родительские чаты.	В течение года (по мере необходимости)

2.7. Список литературы

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г.)
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р)
4. Приказ Минобрнауки России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (п.3.6).
6. Приложение к письму Министерства образования, науки и молодёжной политики Республики Коми от 19 сентября 2019 г. № 07-13/631 «Рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные) в Республике Коми».
7. Положение о разработке, структуре и порядке утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.
8. Устав МБУДО «ЦДОД» пгт. Нижний Одес.

Основная литература

1. Белоусова В.В. «Воспитание в спорте», 2008г.
2. Буйлин Ю.Г., Портных Ю.П. «Мини-Баскетбол в школе» Москва 2017г. И.А. Гуревич «300 соревновательно-игровых заданий по физвоспитанию» Минск 2012.)
3. Вайцеховский С.М. «Книга тренера», ФиС. М., 2007г.
4. Васильков В.Г. «Физкультура и спорт» Москва 2016г.
5. Васильков Г.А. «От игры к спорту» Москва 2015г.
6. Волков В.М. «Тренеру о подростке», ФиС. М., 2008г.
7. Зациорский В.М. «Физические качества спортсмена», ФиС. М., 2007г.
8. Старшинов В.И. «Хоккейная школа», ФиС. М., 2008г.

9.Чанади А. «Футбол. Техника и стратегия». М. 2014г.

10.Яхонтов Е.Р.,Генхинз.А. «Баскетбол» М. 2018г.

Литература для обучающихся

1.Былеева Л.В., Коротков П.М.«Подвижные игры» Москва 2017г.

2.Нитхолстер Г. «Энциклопедия баскетбольных упражнений» М. 2018г.

3.Нортон Б.И. «Упражнения в баскетболе» Москва 2014г.

4.Озолин Н.Г. «Современная система спорт.тренировки» М. 2016г.

5.ЦирикБ.Ф.,ЛукашинЮ.С.«Футбол»М.2016г.

Календарный учебный график 1 год.

Дата/месяц	Тема занятия	Количество часов
Сентябрь		
1	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
3	Физическая культура и спорт в России. Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
5	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
8	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
15	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
17	Влияние физических упражнений на организм человека Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
22	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
24	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
29	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
Октябрь		
1	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
3	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
6	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

	тактика игры в баскетбол	
8	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
10	Влияние физических упражнений на организм человека Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
13	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
15	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
20	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
22	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
24	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
27	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
29	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
31	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
Ноябрь		
3	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
5	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
7	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
14	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
17	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Общая физическая подготовка	2

	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	
21	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
24	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
28	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
Декабрь		
1	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
3	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
5	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
8	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
12	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
15	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
17	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
19	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
22	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
24	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
26	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
29	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
31	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
Январь		
12	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
14	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
16	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
19	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
21	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2

23	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
26	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
28	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
30	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
Февраль		
2	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
4	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
6	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
9	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
11	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
13	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
16	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
18	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
20	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
25	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
27	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
Март		
2	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
4	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
6	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
9	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
11	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
13	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
16	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
18	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
20	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
30	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
Апрель		
1	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
3	Влияние физических упражнений на организм	2

	человека Основные правила, техника и тактика игры в футбол	
6	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
8	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
13	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
15	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
20	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
22	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
24	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
27	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
29	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
Май		
4	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
6	Влияние физических упражнений на организм человека Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
8	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
11	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
13	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
15	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

	тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	
18	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
20	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
22	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
25	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
27	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
29	Основные правила, техника и тактика игры в футбол Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

Календарный учебный график 2 год.

Дата/Месяц	Тема занятия	Количество часов
Сентябрь		
2	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
4	Физическая культура и спорт в России Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
5	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
9	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
11	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
14	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
16	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

18	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
19	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
21	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
23	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
25	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
28	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
30	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Октябрь		
2	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
3	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
5	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
7	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
9	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
12	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
14	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
16	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
17	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

21	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
23	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
24	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
26	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
28	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
30	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
31	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Ноябрь		
2	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
6	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
9	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
11	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
13	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
14	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
16	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
18	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
20	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
21	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
23	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

25	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
27	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
28	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
30	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Декабрь		
2	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
4	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
5	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
9	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
11	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
12	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
14	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
16	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
18	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
21	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
23	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
25	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
26	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
28	Основные правила, техника и	2

26	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
27	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
Март		
1	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
3	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
5	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
6	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
10	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
12	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
13	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
15	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
17	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
19	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
20	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
29	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
31	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
Апрель		
2	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
3	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
5	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
9	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
14	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

16	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
19	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
21	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
23	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
24	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
28	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
30	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Май		
3	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
5	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
8	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
14	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
15	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
19	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

21	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
22	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
24	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
28	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
29	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
31	Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

Календарный учебный график 3 год.

Дата/Месяц	Тема занятия	Количество часов
Сентябрь		
1	Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ. Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
2	Международное спортивное движение. Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
3	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена. Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
4	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
8	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
9	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
11	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
14	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

15	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
16	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
18	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
21	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
22	Контрольные игры и соревнования Правила соревнований их организации и проведения	2
23	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
24	Контрольные игры и соревнования	2
25	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
28	Специальная физическая подготовка Правила соревнований их организации и проведения	2
29	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
30	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Октябрь		
1	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
2	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
5	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
6	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
8	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
9	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

13	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
14	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
15	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
16	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
20	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
21	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
22	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
23	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
27	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
28	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
29	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
30	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Ноябрь		
2	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
3	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
5	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
6	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
9	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

10	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
11	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
13	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
16	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
18	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
20	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
23	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
24	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
25	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
27	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
30	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Декабрь		
1	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
2	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
3	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
4	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Специальная физическая подготовка	2

	Основные правила, техника и тактика игры в футбол	
8	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
9	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
10	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
11	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
14	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
15	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
16	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
18	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
21	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
22	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
23	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
24	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
25	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
28	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
29	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
30	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
Январь		
11	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
12	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
13	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
14	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
15	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2

	тактика игры в хоккей	
Март		
1	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
2	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
3	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
4	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
5	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
9	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
10	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
11	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
12	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
15	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
16	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
17	Основные правила, техника и тактика игры в хоккей	2
18	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
29	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
30	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
31	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Апрель		
1	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
2	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
5	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
6	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

8	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
9	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
13	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
14	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
15	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
16	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
20	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
21	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
22	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
23	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
26	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
27	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
28	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
29	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
30	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
Май		
3	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
4	Правила соревнований их организации и проведения Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

5	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
6	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
7	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
8	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
11	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
12	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
13	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
14	Общая физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
17	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
18	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
19	Контрольные игры и соревнования	2
20	Специальная физическая подготовка Правила соревнований их организации и проведения	2
21	Контрольные игры и соревнования	2
24	Специальная физическая подготовка Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
25	Контрольные игры и соревнования Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена.	2
26	Контрольные игры и соревнования	2
27	Контрольные игры и соревнования	2
28	Контрольные игры и соревнования	2
31	Контрольные игры и соревнования Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

Календарный учебный график 4 год.

Планируемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Количество часов
		Введение. Инструктаж по ПБ, ТБ Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Международное спортивное движение.	2
		Гигиена, врачебный контроль,	2

		самоконтроль спортсмена Основные правила, техника и тактика игры в футбол	
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Правила соревнований их организации и проведения Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования	2

		Общая физическая подготовка	
		Правила соревнований их организации и проведения Специальная физическая подготовка	2
		Общая физическая подготовка Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Общая физическая подготовка Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования Специальная физическая подготовка	2
		Правила соревнований их организации и проведения Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Правила соревнований их организации и проведения	2
		Общая физическая подготовка Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

		тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Правила соревнований их организации и проведения Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Правила соревнований их организации и проведения Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

		Специальная физическая подготовка	
		Контрольные игры и соревнования Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
		Правила соревнований их организации и проведения Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Правила соревнований их организации и проведения	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Правила соревнований их организации и проведения	2
		Контрольные игры и соревнования Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Правила соревнований их организации и проведения	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2

		Общая физическая подготовка Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Общая физическая подготовка Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования Общая физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Общая физическая подготовка	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол	2

		Общая физическая подготовка	
		Контрольные игры и соревнования Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Специальная физическая подготовка	2
		Основные правила, техника и тактика игры в футбол	2
		Основные правила, техника и тактика игры в баскетбол Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Контрольные игры и соревнования	2
		Контрольные игры и соревнования	2

