

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СО
«Михайловская школа-интернат»

И.В. Николаева
18.12.2023

Календарный план спортивного клуба «Росток» 2,4 классы

Заваров И.А.

№ п/п	Тема занятий	Кол. ч.	Дата
1	Настольный теннис. Теоретические сведения	1	07.09.2023
2	Правила соревнований	1	14.09.2023
3	Одиночные упражнения, игры	1	21.09.2023
4	Тактика парных игр	1	28.09.2023
5	Парные игры	3	05.10.2023 12.10.2023 19.10.2023
6	Пионербол. Теоретические сведения	1	26.10.2023
7	Правила игры в пионербол	1	09.11.2023
8	Безопасность во время игры в пионербол	1	16.11.2023
9	Одиночные упражнения, игры	1	23.11.2023
10	Командная игра в пионербол	3	30.11.2023 07.12.2023 14.12.2023
11	Лыжная подготовка. Теоретические сведения	1	21.12.2023
12	Безопасность во время лыжной подготовки	1	28.12.2023
13	Виды и техника лыжного хода	1	11.01.2024
14	Катание на лыжах	5	18.01.2024 25.01.2024 01.02.2024 08.02.2024 15.02.2024
15	Легкая атлетика. Теоретические сведения	1	22.02.2024
16	Техника безопасности	1	29.02.2024
17	Ходьба в разном темпе	1	07.03.2024
18	Ходьба с преодолением препятствий	1	14.03.2024
19	Бег медленный, с равномерной скоростью	1	21.03.2024
20	Эстафетный бег	2	04.04.2024 11.04.2024
21	Скоростной бег	1	18.04.2024
22	Кроссовый бег	2	25.04.2024 02.05.2024
23	Прыжки в высоту, в длину	1	16.05.2024
24	Метание на дальность	1	23.05.2024

Календарный план спортивного клуба «Росток» 3,8 классы

Захаров Ч.А., Аутимова Р.С.

№ п/п	Тема занятий	Кол. ч.	Дата
1	Настольный теннис. Теоретические сведения	1	05.09.2023
2	Правила соревнований	1	12.09.2023
3	Одиночные упражнения, игры	1	19.09.2023
4	Тактика парных игр	1	26.09.2023
5	Парные игры	3	03.10.2023 10.10.2023 17.10.2023
6	Пионербол. Теоретические сведения	1	24.10.2023
7	Правила игры в пионербол	1	07.11.2023
8	Безопасность во время игры в пионербол	1	14.11.2023
9	Одиночные упражнения, игры	1	21.11.2023
10	Командная игра в пионербол	3	28.11.2023 05.12.2023 12.12.2023
11	Лыжная подготовка. Теоретические сведения	1	19.12.2023
12	Безопасность во время лыжной подготовки	1	26.12.2023
13	Виды и техника лыжного хода	1	09.01.2024
14	Катание на лыжах	5	16.01.2024 23.01.2024 30.01.2024 06.02.2024 13.02.2024
15	Легкая атлетика. Теоретические сведения	1	20.02.2024
16	Техника безопасности	1	27.02.2024
17	Ходьба в разном темпе	1	05.03.2024
18	Ходьба с преодолением препятствий	1	12.03.2024
19	Бег медленный, с равномерной скоростью	1	19.03.2024
20	Эстафетный бег	2	09.04.2024 16.04.2024
21	Скоростной бег	1	23.04.2024
22	Кроссовый бег	1	07.04.2024
23	Прыжки в высоту, в длину	1	14.05.2024
24	Метание на дальность	1	21.05.2024

Календарный план спортивного клуба «Росток» 5,6,7 классы

Захаров И.А., Зубовская Т.А., Ахтисиев

№ п/п	Тема занятий	Кол. ч.	Дата
1	Настольный теннис. Теоретические сведения	1	06.09.2023
2	Правила соревнований	1	13.09.2023
3	Одиночные упражнения, игры	1	20.09.2023
4	Тактика парных игр	1	27.09.2023
5	Парные игры	3	04.10.2023 11.10.2023 18.10.2023
6	Пионербол. Теоретические сведения	1	25.10.2023
7	Правила игры в пионербол	1	08.11.2023
8	Безопасность во время игры в пионербол	1	15.11.2023
9	Одиночные упражнения, игры	1	22.11.2023
10	Командная игра в пионербол	3	29.11.2023 06.12.2023 13.12.2023
11	Лыжная подготовка. Теоретические сведения	1	20.12.2023
12	Безопасность во время лыжной подготовки	1	27.12.2023
13	Виды и техника лыжного хода	1	10.01.2024
14	Катание на лыжах	5	17.01.2024 24.01.2024 31.01.2024 07.02.2024 14.02.2024
15	Легкая атлетика. Теоретические сведения	1	21.02.2024
16	Техника безопасности	1	28.02.2024
17	Ходьба в разном темпе	1	06.03.2024
18	Ходьба с преодолением препятствий	1	13.03.2024
19	Бег медленный, с равномерной скоростью	1	20.03.2024
20	Эстафетный бег	2	03.04.2024 10.04.2024
21	Скоростной бег	1	17.04.2024
22	Кроссовый бег	2	24.04.2024 08.05.2024
23	Прыжки в высоту, в длину	1	15.05.2024
24	Метание на дальность	1	22.05.2024

Календарный план спортивного клуба «Росток» 9 класс

Ахтямова Р.С.

№ п/п	Тема занятий	Кол. ч.	Дата
1	Настольный теннис. Теоретические сведения	1	04.09.2023
2	Правила соревнований	1	11.09.2023
3	Одиночные упражнения, игры	1	18.09.2023
4	Тактика парных игр	1	25.09.2023
5	Парные игры	3	02.10.2023 09.10.2023 16.10.2023
6	Пионербол. Теоретические сведения	1	23.10.2023
7	Правила игры в пионербол	1	13.11.2023
8	Безопасность во время игры в пионербол	1	20.11.2023
9	Одиночные упражнения, игры	1	27.11.2023
10	Командная игра в пионербол	3	04.12.2023 11.12.2023 18.12.2023
11	Лыжная подготовка. Теоретические сведения	1	25.12.2023
12	Безопасность во время лыжной подготовки	1	15.12.2023
13	Виды и техника лыжного хода	1	22.01.2024
14	Катание на лыжах	5	29.01.2024 05.02.2024 12.02.2024 19.02.2024 26.02.2024
15	Легкая атлетика. Теоретические сведения	1	04.03.2024
16	Техника безопасности	1	11.03.2024
17	Ходьба в разном темпе	1	18.03.2024
18	Ходьба с преодолением препятствий	1	08.04.2024
19	Бег медленный, с равномерной скоростью	1	15.04.2024
20	Эстафетный бег	2	22.04.2024 06.05.2024
21	Скоростной бег	1	13.05.2024
22	Кроссовый бег	1	20.05.2024