1. **Департамент Смоленской области по образованию и науке**
2. **Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Сычевская школа**

**Календарный учебный график**

|  |
| --- |
|  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Число | Время проведения занятий | Форма занятий | Кол-во часов | Тема занятий | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | Сентябрь | 07 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. на занятиях.Входной контроль | Спортивный зал | Тестирование |
| 2 | Сентябрь | 08 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для всех групп мышц | Спортивный зал | зачет, тестирование |
| 3 | Сентябрь | 14 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Входной контроль.  Сдача норматив по ОФП. | Спортивный зал | зачет, тестирование |
| 4 | Сентябрь | 15 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Входной контроль.  Сдача норматив по ОФП. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 5 | Сентябрь | 21 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Требования к  гигиене, одежде, питанию юного спортсмена.  ОРУ для всех групп мышц. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 6 | Сентябрь | 22 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | ОРУ для всех групп мышц. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 7 | Сентябрь | 28 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития гибкости.  Упражнения для развития ловкости. Веселые старты. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 8 | Сентябрь | 29 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития ловкости. Веселые старты. | Спортивная площадка | зачет, тестирование, наблюдение |
| 9 | Октябрь | 05 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Профилактика травматизма на занятиях спортивными играми.  Упражнения для развития быстроты. Игры с мячами. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 10 | Октябрь | 06 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития быстроты. Игры с мячами. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 11 | Октябрь | 12 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития быстроты. Игры с мячами. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 12 | Октябрь | 13 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Физическая культура и спорт в России. ; подвижные игры с мячом. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 13 | Октябрь | 19 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Физическая культура и спорт в России.  Броски мяча в корзину в движении, бросок в корзину одной рукой после движения, бросок в корзину одной рукой после ведения, броски мяча в корзину в движении после двух шагов; подвижные игры с мячом. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 14 | Октябрь | 20 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | подвижные игры с мячом. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 15 | Октябрь | 26 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Индивидуальные упражнения.  Упражнения для развития качеств, необходимых для броска. Игра «10 передач». |  | зачет, тестирование, наблюдение |
| 16 | Октябрь | 27 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Индивидуальные упражнения.  Упражнения для развития качеств, необходимых для броска. Игра «10 передач». | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 17 | Ноябрь | 09 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для быстроты движения. Равномерный бег 1000 м. Подвижные игры. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 18 | Ноябрь | 10 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Подвижные игры | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 19 | Ноябрь | 16 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Что такое здоровый образ жизни?  Бросок после передачи и ведения. Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 20 | Ноябрь | 17 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом». | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 21 | Ноябрь | 23 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | «Секреты» правильного питания.   Взаимодействие игроков на площадке. Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 22 | Ноябрь | 24 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | «Секреты» правильного питания.   Взаимодействие игроков на площадке. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 23 | Ноябрь | 30 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Повороты на месте, остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх, ведение мяча с изменением направления (по сигналу), скорости и высоты отскока. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 24 | Декабрь | 01 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Повороты на месте, остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 25 | Декабрь | 07 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития прыгучести. Учебная двухсторонняя игра | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 26 | Декабрь | 08 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития прыгучести. Учебная двухсторонняя игра | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 27 | Декабрь | 14 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития специальной выносливости | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 28 | Декабрь | 15 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития специальной выносливости | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 29 | Декабрь | 21 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Учебная двухсторонняя игра. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 30 | Декабрь | 22 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена. Учебная двухсторонняя игра. | Спортивный зал | зачет, тестирование, наблюдение |
| 31 | Декабрь | 28 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Веселые старты с баскетбольными мячами | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 32 | Декабрь | 29 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Веселые старты с баскетбольными мячами | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 33 | Январь | 11 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры с бегом. Игры «Вороной конь», «Невод», «Хитрая лиса», «Невидимка», «Вызов номеров», «Караси и щука». | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 34 | Январь | 12 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры с бегом. Игры «Вороной конь», «Невод», «Хитрая лиса», «Невидимка», «Вызов номеров», «Караси и щука». | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 35 | Январь | 18 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Пионербол.  Инструктаж по Т.Б. в спортивных играх. ОФП. Упражнения в тройках с заданиями. Игра «2 мяча», «4 мяча». | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 36 | Январь | 19 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игра «2 мяча», «4 мяча». | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 37 | Январь | 25 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Развитие волейбола как вида спорта в России. ОФП. Упражнения в парах с заданиями. | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 38 | Январь | 26 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Эстафеты с волейбольными мячами | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 39 | Февраль | 01 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Правила игры в пионербол. Упражнения в парах через сетку. Эстафеты с волейбольными мячами | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 40 | Февраль | 02 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Профилактика травматизма на занятиях | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 41 | Февраль | 08 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Краткие сведения о спортивном туризме, спортивном ориентирование, техника безопасности при занятиях спортивным туризмом и спортивным ориентированием | Спортивный зал | тест |
| 42 | Февраль | 09 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Краткие сведения о спортивном туризме, спортивном ориентирование, техника безопасности при занятиях спортивным туризмом и спортивным ориентированием | Спортивный зал | тест |
| 43 | Февраль | 15 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Специальное личное и командное снаряжение, упражнения с верёвками, карабинами, вязка узлов | Спортивный зал | педнаблюдение, анализ |
| 44 | Февраль | 16 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Специальное личное и командное снаряжение, упражнения с верёвками, карабинами, вязка узлов | Спортивный зал | педнаблюдение, анализ |
| 45 | Февраль | 22 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Компас, упражнения с определением азимута | Спортивный зал | педнаблюдение, анализ |
| 46 | Февраль | 29 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Параметры карты, условные знаки, чтение карты | Спортивный зал | педнаблюдение, анализ |
| 47 | Март | 01 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Учебно-тренировочный полигон с дистанциями и соревнования по спортивному туризму | Местность вокруг школы | зачет, соревнование, наблюдение |
| 48 | Март | 07 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Учебно-тренировочный полигон с дистанциями и соревнования по спортивному туризму | Местность вокруг школы | зачет, соревнование, наблюдение |
| 49 | Март | 14 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | ОФП.  Взаимодействие игроков на площадке. Игра в пионербол. | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 50 | Март | 15 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | ОФП.  Взаимодействие игроков на площадке. Игра в пионербол. | Спортивный зал | зачет, соревнование, наблюдение |
| 51 | Март | 21 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Эстафеты с волейбольными мячами. | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 52 | Март | 22 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры с мячом. Игры «Салки с мячом», «Вышибалы», «Мяч по полу», «Мяч ловцу», «Мяч капитану». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 53 | Апрель | 04 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Равномерный бег 500м. Ускорения. СФП | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 54 |  | 05 |  | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Развитие футбола как вида спорта в России.  ОФП. Остановка и передача мяча на месте. Ведение мяча в движении с заданиями. Игра «10 передач». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 55 | Апрель | 11 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу ногой на точность и на дальность. Учебная игра. | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 56 | Апрель | 12 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения для развития прыгучести. Остановка и прием мяча. Упражнения в тройках. «Квадрат». Игра «10 передач». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 57 | Апрель | 18 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Упражнения в тройках. «Квадрат». Игра «10 передач». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 58 | Апрель | 19 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Взаимодействие игроков на площадке. Индивидуальная  работа с мячом. | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 59 | Апрель | 25 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Взаимодействие игроков на площадке. Индивидуальная  работа с мячом. | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 60 | Апрель | 26 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры с разными предметами. Игры «Передал - садись», «Салки с мячом», «Хвостики», «Перестрелка», «Не зевай», «Угадай, чей голосок». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 61 | Май | 02 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры с разными предметами. Игры «Передал - садись», «Салки с мячом», «Хвостики», «Перестрелка», «Не зевай», «Угадай, чей голосок». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 62 | Май | 03 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры-эстафеты по программе «Президентских состязаний». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 63 | Май | 16 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Игры с прыжками. Игры «Кто дальше», «Удочка», «Мяч по полу», «Вышибалы», «Перебежчики». | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 64 | Май | 17 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Малые олимпийские игры. | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 65 | Май | 23 | 14:20-15:05 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Малые олимпийские игры. | Спортивная площадка | зачет, соревнование, наблюдение |
| 66 | Май | 24 | 13:25-14:10 | Комбинированное учебно-тренировочное занятие | 1 | Итоговое занятие.  Итоговая аттестация | Спортивный зал | Тестирование, зачет |