

Утверждаю  
И.о. директора МБОУ ДО  
«ДЮЦ Ачинского района»

 А.Г. Островская

Приказ №25  
от «31» августа 2021 г.



## Календарный учебный график на 2021-2022 учебный год

(приложение к программе «Настольный теннис»)

Наименование объединения/группы «Настольный теннис», 1 год обучения, группа №1

| №п/п | Год обучения | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий                          | Сроки проведения промежуточной (итоговой) аттестации |
|------|--------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|--|--|
| 1.   | 1            | 02.09.2021          | 31.05.2022             | 38                        | 76                      | 152                      | вт., чт.<br>15.30-16.15<br>16.25-17.10 | 30.12.2021<br>26.05.2022                             |

| № п/п | Дата проведения занятия | Время проведения занятия | Форма организации учебных занятий | Количество часов | Тема занятий   | Место проведения     | Форма контроля           | Примечание |
|-------|-------------------------|--------------------------|-----------------------------------|------------------|--|----------------------|--------------------------|------------|
| 1.    | 02.09                   | 15:30 - 17:10            | Лекция, беседа.                   | 2                | Инструктаж по технике безопасности. История развития настольного тенниса | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение, устный опрос |            |
| 2.    | 07.09                   | 15:30 - 17:10            | Практическая работа.              | 2                | Развитие силовых качеств мышц ног.                                       | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение               |            |
| 3.    | 09.09                   | 15:30 - 17:10            | Практическая работа.              | 2                | Хват ракетки.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение               |            |

|     |       |               |                      |   |   |                      |                     |  |
|-----|-------|---------------|----------------------|---|---|----------------------|---------------------|--|
| 4.  | 14.09 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие мышц рук. Хват ракетки.                     | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 5.  | 16.09 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие мышц рук. Движения руки.                    | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 6.  | 21.09 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие движений ракеткой с левой и правой стороны. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 7.  | 23.09 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие движений ракеткой с левой и правой стороны. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 8.  | 28.09 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Комплекс на развитие координации движений. Стойка и передвижения игрока.    | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 9.  | 30.09 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Комплекс на развитие координации движений. Стойка и передвижения игрока     | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 10. | 05.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Отработка передвижений около стола с одновременной работой рук и ног.       | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 11. | 07.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Отработка передвижений около стола с одновременной работой рук и ног.       | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения |  |
| 12. | 12.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение работе с ракеткой и мячом на месте и в движении.                   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 13. | 14.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение работе с ракеткой и мячом на месте и в движении.                   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 14. | 19.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов по мячу слева и справа.                            | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |

|     |       |               |                      |   |  |                      |                     |   |
|-----|-------|---------------|----------------------|---|--|----------------------|---------------------|---|
| 15. | 21.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов по мячу слева и справа.     | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения |   |
| 16. | 26.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение прямой подаче справа.                       | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 17. | 28.10 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение прямой подаче справа.                       | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 18. | 02.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча справа.                | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения |   |
| 19. | 05.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Срезка справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          | Занятие выпадает на праздничный день 4.11, занятие перенесено на 5.11 |
| 20. | 09.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Срезка справа  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 21. | 11.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Накат справа.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 22. | 16.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Накат справа.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 23. | 18.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение накату мяча слева.                          | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 24. | 23.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение накату мяча слева.                          | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 25. | 25.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Подрезка мяча справа и слева.                        | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |

|     |       |               |                       |   |   |                      |                            |  |
|-----|-------|---------------|-----------------------|---|---|----------------------|----------------------------|--|
| 26. | 30.11 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Подрезка мяча справа и слева.   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 27. | 02.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Комплекс упражнений на координацию. Отбивание мяча от пола, от стенки.                | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 28. | 07.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Комплекс упражнений на координацию. Отбивание мяча от пола, от стенки.                | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 29. | 09.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 30. | 14.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 31. | 16.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 32. | 21.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения        |  |
| 33. | 23.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Комплекс упражнений с ракеткой и мячом на совершенствование техники игры через сетку. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 34. | 28.12 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Комплекс упражнений с ракеткой и мячом на совершенствование техники игры через сетку. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 35. | 30.12 | 15:30 - 17:10 | Контрольные нормативы | 2 | <b>Промежуточная аттестация обучающихся.</b>  | МКОУ «Ключинская СШ» | Педагогическая диагностика |  |
| 36. | 11.01 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2 | Развитие координации движений. Жонглирование ракеткой и мячом.                        | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |

|     |       |               |                      |   |  |                      |                     |  |
|-----|-------|---------------|----------------------|---|--|----------------------|---------------------|--|
| 37. | 13.01 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Развитие координации движений. Жонглирование ракеткой и мячом.             | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 38. | 18.01 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Развитие игровых навыков. Поддача мяча. Движения у стола.                  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 39. | 20.01 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Развитие игровых навыков. Поддача мяча. Движения у стола.                  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 40. | 25.01 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Развитие игровых навыков. Поддача мяча. Движения у стола.                  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 41. | 27.01 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение подаче мяча подрезкой справа и слева.                             | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 42. | 01.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение подаче мяча подрезкой справа и слева.                             | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 43. | 03.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подаче мяча подрезкой справа и слева.                    | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 44. | 08.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подаче мяча подрезкой справа и слева.                    | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения |  |
| 45. | 10.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Развитие силы ног. Обучение упражнению «маятник» и веер.                   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 46. | 15.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча, работа рук и ног во время игровых ситуаций. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 47. | 17.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча, работа рук и ног во время игровых ситуаций. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |
| 48. | 22.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение тактике одиночной игры.   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |  |

|     |       |               |                      |   |   |                      |                     |   |
|-----|-------|---------------|----------------------|---|---|----------------------|---------------------|---|
| 49. | 24.02 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение тактике одиночной игры.                      | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 50. | 01.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при одиночной игре. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 51. | 03.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при одиночной игре. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 52. | 07.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Отработка техники владения ракеткой с обеих сторон.   | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | Занятие выпадает на праздничный день 08.03, занятие перенесено на 07.03 |
| 53. | 10.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Отработка техники владения ракеткой с обеих сторон.   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 54. | 15.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Отработка техники владения ракеткой с обеих сторон.   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 55. | 17.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи и приема мяча у сетки.       | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 56. | 22.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи и приема мяча у сетки.       | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 57. | 24.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи и приема мяча у сетки.       | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения |   |
| 58. | 29.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование «топ-спин» слева                    | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |
| 59. | 31.03 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование «топ-спин» слева                    | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение          |   |

|     |       |               |                      |   |  |                      |            |   |
|-----|-------|---------------|----------------------|---|--|----------------------|------------|---|
| 60. | 05.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Упражнения на координацию движений. Имитация ударов. Подставки.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 61. | 07.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Упражнения на координацию движений. Имитация ударов. Подставки.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 62. | 12.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов справа и с лева. Подрезки мяча.         | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 63. | 14.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов справа и с лева. Подрезки мяча.         | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 64. | 19.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов справа и с лева. Подрезки мяча.         | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 65. | 21.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение правилам и технике парной игры. Подачи и перемещения.   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 66. | 26.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Обучение правилам и технике парной игры. Подачи и перемещения.   | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 67. | 28.04 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование правил и техники парной игры в теннис          | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 68. | 03.05 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование правил и техники парной игры в теннис          | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 69. | 05.05 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение |   |
| 70. | 11.05 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | Занятие выпадает на праздничный день 10.05, занятие перенесено на 11.05 |

|                     |       |               |                       |            |   |                      |                            |  |
|---------------------|-------|---------------|-----------------------|------------|---|----------------------|----------------------------|--|
| 71.                 | 12.05 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2          | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 72.                 | 17.05 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2          | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 73.                 | 19.05 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2          | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 74.                 | 24.05 | 15:30 - 17:10 | Практическая работа.  | 2          | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении.  | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение                 |  |
| 75.                 | 26.05 | 15:30 - 17:10 | Контрольные нормативы | 2          | <b>Аттестация обучающихся</b>                                     | МКОУ «Ключинская СШ» | Педагогическая диагностика |  |
| 76.                 | 31.05 | 15:30 - 17:10 | Соревнования          | 2          | Соревнования по настольному теннису на первенство школы и группы. | МКОУ «Ключинская СШ» | Педагогическая диагностика |  |
| <b>Итого часов:</b> |       |               |                       | <b>152</b> |   |                      |                            |  |