

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДО
«ДЮЦ Ачинского района»

Касич

С.И. Касич

Приказ № 22
от «02» сентября 2024 г.



Календарный учебный график на 2024-2025 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 | 06.09.2024 | 24.05.2025 | 36 | 76 | 144 | пт. 17.20-18.05 18.15-19.00 сб. 11.00-11.45 11.55-12.40 | 27.12.2024 23.05.2025 |

| № п/п | Дата проведения занятия | Время проведения занятия | Форма организации учебных занятий | Количество часов | Тема занятий | Место проведения | Форма контроля | Примечание |
|-------|-------------------------|----------------------------|-----------------------------------|------------------|--|----------------------|--------------------------|------------|
| 1. | 06.09 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Лекция, беседа. | 2 | Инструктаж по технике безопасности. История развития настольного тенниса | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение, устный опрос | |
| 2. | 07.09 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Развитие силовых качеств мышц ног. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 3. | 13.09 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Хват ракетки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |

| | | | | | | | | |
|-----|-------|----------------------------|----------------------|---|---|----------------------|---------------------|--|
| | | | | | | | | |
| 4. | 14.09 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие мышц рук. Хват ракетки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 5. | 20.09 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие мышц рук. Движения руки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 6. | 21.09 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие движений ракеткой с левой и правой стороны. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 7. | 27.09 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений на развитие движений ракеткой с левой и правой стороны. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 8. | 28.09 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Комплекс на развитие координации движений. Стойка и передвижения игрока. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 9. | 04.10 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Комплекс на развитие координации движений. Стойка и передвижения игрока | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 10. | 05.10 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Отработка передвижений около стола с одновременной работой рук и ног. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 11. | 11.10 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Отработка передвижений около стола с одновременной работой рук и ног. | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | |
| 12. | 12.10 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение работе с ракеткой мячом на месте и в движении. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 13. | 18.10 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение работе с ракеткой и мячом на месте и в движении. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |

| | | | | | | | | |
|-----|-------|----------------------------|----------------------|---|---|-------------------------|---------------------|--|
| 14. | 19.10 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов по мячу слева и справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 15. | 25.10 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов по мячу слева и справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | |
| 16. | 26.10 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение прямой подаче справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 17. | 01.11 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение прямой подаче справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 18. | 02.11 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | |
| 19. | 08.11 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Срезка справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 20. | 09.11 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Срезка справа | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 21. | 15.11 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Накат справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 22. | 16.11 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование упражнений с мячом. Накат справа. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 23. | 22.11 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение накатумяча слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 24. | 23.11 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение накатумяча слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 25. | 29.11 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Подрезка мяча справа и слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 26. | 30.11 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Подрезка мяча справа и слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 27. | 06.12 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Комплексупражнений на координацию. Отбивание мяча отпола, отстенки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 28. | 07.12 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Комплексупражнений на координацию. Отбивание мяча отпола, отстенки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |

| | | | | | | | | |
|-----|-------|----------------------------|-----------------------|---|---|-------------------------|----------------------------|--|
| 29. | 13.12 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 30. | 14.12 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 31. | 20.12 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 32. | 21.12 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение правильному подбросу мяча для подачи. | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | |
| 33. | 27.12 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Контрольные нормативы | 2 | Промежуточная аттестация обучающихся. | МКОУ «Ключинская СШ» | Педагогическая диагностика | |
| 34. | 28.12 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений с ракеткой и мячом на совершенствование техники игры через сетку. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 35. | 10.01 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Комплекс упражнений с ракеткой и мячом на совершенствование техники игры через сетку. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 36. | 11.01 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Развитие координации движений. Жонглирование ракеткой и мячом. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 37. | 17.01 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Развитие координации движений. Жонглирование ракеткой и мячом. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 38. | 18.01 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Развитие игровых навыков. Подача мяча. Движения устола. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 39. | 24.01 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Развитие игровых навыков. Подача мяча. Движения устола. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 40. | 25.01 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Развитие игровых навыков. Подача мяча. Движения устола. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 41. | 31.01 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение подаче мяча подрезкой справа и слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |

| | | | | | | | | |
|-----|-------|----------------------------|----------------------|---|--|-------------------------|---------------------|--|
| 42. | 01.02 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение подаче мяча подрезкой справа и слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 43. | 07.02 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча подрезкой справа и слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 44. | 08.02 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча подрезкой справа и слева. | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | |
| 45. | 14.02 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Развитие силы ног. Обучение упражнению «маятник» и веер. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 46. | 15.02 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча, работа рук и ног во время игровых ситуаций. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 47. | 21.02 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи мяча, работа рук и ног во время игровых ситуаций. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 48. | 22.02 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение тактике одиночной игры. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 49. | 28.02 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение тактике одиночной игры. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 50. | 01.03 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при одиночной игре. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 51. | 07.03 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при одиночной игре. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 52. | 14.03 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Отработка техники владения ракеткой с обеих сторон. | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | |
| 53. | 15.03 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Отработка техники владения ракеткой с обеих сторон. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 54. | 21.03 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Отработка техники владения ракеткой с обеих сторон. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 55. | 22.03 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи и приема мяча у сетки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 56. | 28.03 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи и приема мяча у сетки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 57. | 29.03 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование подачи и приема мяча у сетки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Зачетные упражнения | |

| | | | | | | | | |
|-----|-------|----------------------------|-----------------------|---|--|-------------------------|----------------------------|--|
| 58. | 04.04 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование «топ-спин» слева | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 59. | 05.04 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование «топ-спин» слева | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 60. | 11.04 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Упражнения на координацию движений. Имитация ударов. Подставки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 61. | 12.04 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Упражнения на координацию движений. Имитация ударов. Подставки. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 62. | 18.04 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов справа и с лева. Подрезки мяча. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 63. | 19.04 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов справа и с лева. Подрезки мяча. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 64. | 25.04 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование ударов справа и с лева. Подрезки мяча. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 65. | 26.04 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Обучение правилам и технике парной игры. Подачи и перемещения. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 66. | 02.05 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Обучение правилам и технике парной игры. Подачи и перемещения. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 67. | 03.05 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование правил и техники парной игры в теннис | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 68. | 10.05 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование правил и техники парной игры в теннис | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 69. | 16.05 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 70. | 17.05 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| 71. | 23.05 | 17.20-18.05 18.15-19.00 | Контрольные нормативы | 2 | Аттестация обучающихся | МКОУ «Ключинская СШ» | Педагогическая диагностика | |

| | | | | | | | | |
|---------------------|-------|----------------------------|-------------------------|------------|--|-------------------------|------------|--|
| | | | | | | | | |
| 72. | 24.05 | 11.00-11.45 11.55-12.40 | Практическая работа. | 2 | Совершенствование игровых навыков при игре в защите и нападении. | МКОУ «Ключинская СШ» | Наблюдение | |
| Итого часов: | | | | 144 | | | | |