Утверждаю: _____

Календарно-тематический план

на апрель 2020 г. группа сог-1 г.о. час Тренер Еньшин И.В.

№	Содержание/дата	1	3	6	8	10	13	15	17	20	22	24	27	29					
I.	**ТЕОРИЯ**																		1
1	Техник безопасности, правила пожарн. безоп., уличного движения, внутреннего распорядка ДЮСШ					5	5	5						5					
2	Физическая культура и спорт в России																		
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.Режим и питание спортсменов																		
4	Врачебный контроль и самоконтроль.										5								
5	Правила игры								5	5		5	5						
6																			
II.	ОФП																		7
1.	Ходьба, бег, прыжки, спец. упр.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10					
2	Общеразвивающие упражн.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10					
3	Развитие силы	5		5		5	5	5	5	5	5	5	5	5					
4	Воспитанеи ловкости																		
5	Воспитание выносливости, специальной выносливости																		
6	Развитие прыгучести																		
7	Разминка с помощью технических упражн.																		
III	СФП. Развитие специальных качеств:																		7
	Ловкости	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10					
	Развитие и соверш. рывково-тормозных действий																		
	Выносливости	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10					
	Развитие скорости	5		5		5	5	5	5	5	5	5	5	5					
IV	ТТП. Обучение:																		7
1	Технике передвижения																		
2	Имитация удара по мячу	10	10	10	10	10	10	5	5	5	5	5	5	10					
3	Имитация остановки мяча	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5					
4	Имитация ведение мяча		10			5		5						5					
5	Вбрасывание мяча													5					
6	Обманные движения	5		5	5	5		5	5	5	5	5	5	5					
7	Имитация отбора мяча	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5					
8	технические приемы врат.																		
9	Тактическая подготовка			15	5	15	5	5			15	15	15						2
10	Игровая подготовка																		
11	Установка на игру. Разбор игры	15	20		15			10	15	15									2
	Учебные и тренировочные игры																		
V	Соревновательная подготовка																		
VI	Участие в соревнованиях	-																	
VII	Контрольные нормативы																		
		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2					26

Утверждаю: _____

Календарно-тематический план

на апрель 2020 г. группа сог -1 г.о. час Тренер Еньшин И.В.

№	Содержание/дата	2	4	7	9	11	14	16	18	21	23	25	28	30								
I.	**ТЕОРИЯ**					5	5			5				5								1
1	Техник безопасности, правила пожарн. безоп., уличного движения, внутреннего распорядка ДЮСШ																					
2	Физическая культура и спорт в России																					
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.Режим и питание спортсменов																					
4	Врачебный контроль и самоконтроль.							5	5		5	5	5									
5	Правила игры																					
6																						
II.	ОФП																					7
1.	Ходьба, бег, прыжки, спец. упр.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
2	Общеразвивающие упражн.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
3	Развитие силы	5		5		5	5	5	5	5	5	5	5	5								
4	Воспитанеи ловкости																					
5	Воспитание выносливости, специальной выносливости																					
6	Развитие прыгучести																					
7	Разминка с помощью технических упражн.																					
III	СФП. Развитие специальных качеств:																					7
	Ловкости	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
	Развитие и соверш. рывково-тормозных действий																					
	Выносливости	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
	Развитие скорости	5		5		5	5	5	5	5	5	5	5	5								
IV	ТТП. Обучение:																					7
1	Технике передвижения																					
2	Имитация удара по мячу	10	10	10	10	10	10	5	5	5	5	5	5	10								
3	Имитация остановки мяча	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5								
4	Имитация ведение мяча		10			5		5						5								
5	Вбрасывание мяча													5								
6	Обманные движения	5		5	5	5		5	5	5	5	5	5	5								
7	Имитация отбора мяча	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5								
8	технические приемы врат.																					
9	Тактическая подготовка			15	5	15	5	5			15	15	15									2
10	Игровая подготовка																					
11	Установка на игру. Разбор игры	15	20		15			10	15	15												2
	Интегральная подготовка																					
V	Соревновательная подготовка																					
VI	Участие в соревнованиях																					
VII	Контрольные нормативы																					
		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2								26

Утверждаю: _____

Календарно-тематический план

на апрель 2020 г. группа сог -1 г.о. час Тренер Еньшин И.В.

№	Содержание/дата	2	4	7	9	11	14	16	18	21	23	25	28	30								
I.	**ТЕОРИЯ**					5	5			5				5								1
1	Техник безопасности, правила пожарн. безоп., уличного движения, внутреннего распорядка ДЮСШ																					
2	Физическая культура и спорт в России																					
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.Режим и питание спортсменов																					
4	Врачебный контроль и самоконтроль.							5	5		5	5	5									
5	Правила игры																					
6																						
II.	ОФП																					7
1.	Ходьба, бег, прыжки, спец. упр.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
2	Общеразвивающие упражн.	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
3	Развитие силы	5		5		5	5	5	5	5	5	5	5	5								
4	Воспитанеи ловкости																					
5	Воспитание выносливости, специальной выносливости																					
6	Развитие прыгучести																					
7	Разминка с помощью технических упражн.																					
III	СФП. Развитие специальных качеств:																					7
	Ловкости	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
	Развитие и соверш. рывково-тормозных действий																					
	Выносливости	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10								
	Развитие скорости	5		5		5	5	5	5	5	5	5	5	5								
IV	ТТП. Обучение:																					7
1	Технике передвижения																					
2	Имитация удара по мячу	10	10	10	10	10	10	5	5	5	5	5	5	10								
3	Имитация остановки мяча	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5								
4	Имитация ведение мяча		10			5		5						5								
5	Вбрасывание мяча													5								
6	Обманные движения	5		5	5	5		5	5	5	5	5	5	5								
7	Имитация отбора мяча	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5								
8	технические приемы врат.																					
9	Тактическая подготовка			15	5	15	5	5			15	15	15									2
10	Игровая подготовка																					
11	Установка на игру. Разбор игры	15	20		15			10	15	15												2
	Интегральная подготовка																					
V	Соревновательная подготовка																					
VI	Участие в соревнованиях																					
VII	Контрольные нормативы																					
		2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2								26