

Календарный учебный график
к дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетбол» на 2023-2024 учебный год

Группа: № 1 и 2

Год обучения: 1

Количество занятий в неделю: 1

Количество часов в неделю: 2 (по 40 минут)

Количество часов по программе за учебный год: 72ч

Каникулы:

Зимние каникулы – с 31.12.2023 по 08.01.2024г

Праздничные дни: 4 ноября, 23 февраля, 8 марта, 1-3, 7-9 мая

Продолжительность учебного года: 01.09.2021г-31.05.2022г

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия (по учебно-тематическому плану)	Форма контроля (в том числе, промежуточная, итоговая аттестация)
1.	Сентябрь	07	Учебно-тренировочная	1 час	Комплектование группы. Вводное занятие	Тестирование, опрос
2.	Сентябрь	08	Учебно-тренировочная	1 час	Теоретическое занятие	Тестирование, опрос
3.	Сентябрь	14	Учебно-тренировочная	1 час	Теоретическое занятие	Тестирование, опрос
4.	Сентябрь	15	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Упражнения
5.	Сентябрь	21	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
6.	Сентябрь	22	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
7.	Сентябрь	28	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Упражнения
8.	Сентябрь	29	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Разыгрывание

			ная			
9.	Октябрь	05	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Упражнения
10.	Октябрь	06	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
11.	Октябрь	12	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Разыгрывание
12.	Октябрь	13	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
13.	Октябрь	19	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Упражнения
14.	Октябрь	20	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
15.	Октябрь	26	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
16.	Октябрь	27	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка.	Упражнения
17.	Ноябрь	02	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Разыгрывание
18.	Ноябрь	03	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Разыгрывание
19.	Ноябрь	09	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
20.	Ноябрь	10	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Разыгрывание
21.	Ноябрь	16	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Упражнения
22.	Ноябрь	17	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Разыгрывание
23.	Ноябрь	23	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка.	Упражнения
24.	Ноябрь	24	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
25.	Ноябрь	30	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения

26.	Декабрь	1	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
27.	Декабрь	07	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Упражнения
28.	Декабрь	08	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
29.	Декабрь	14	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Разыгрывание
30.	Декабрь	15	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
31.	Декабрь	21	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
32.	Декабрь	22	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
33.	Декабрь	28	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Упражнения
34.	Декабрь	29	Учебно-тренировочная	1 час	Контрольное тестирование (проведение контрольной игры)	Промежуточная аттестация
35.	Январь	11	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
36.	Январь	12	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Разыгрывание
37.	Январь	18	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
38.	Январь	19	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
39.	Январь	25	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
40.	Январь	26	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
41.	Февраль	01	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
42.	Февраль	02	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Упражнения
43.	Февраль	08	Учебно-	1 час	Специальная физическая	Упражнения

			тренировочная		подготовка	
44.	Февраль	09	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Разыгрывание
45.	Февраль	15	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
46.	Февраль	16	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
47.	Февраль	22	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
48.	Февраль	29	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
49.	Март	01	Учебно-тренировочная	1 час	Сдача нормативов и участие в участие в различных турнирах	Промежуточная аттестация
50.	Март	07	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка.	Упражнения
51.	Март	14	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Разыгрывание
52.	Март	15	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка	Упражнения
53.	Март	21	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Разыгрывание
54.	Март	22	Учебно-тренировочная	1 час	Специальная физическая подготовка.	Упражнения
55.	Март	28	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Разыгрывание
56.	Март	29	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
57.	Апрель	04	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Разыгрывание
58.	Апрель	05	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
59.	Апрель	11	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Разыгрывание

60.	Апрель	12	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
61.	Апрель	18	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
62.	Апрель	19	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
63.	Апрель	25	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
64.	Апрель	26	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
65.	Май	02	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
66.	Май	03	Учебно-тренировочная	1 час	Тактическая подготовка	Разыгрывание
67.	Май	10	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
68.	Май	16	Учебно-тренировочная	1 час	Общая физическая подготовка.	Разыгрывание
69.	Май	17	Учебно-тренировочная	1 час	Техническая подготовка	Упражнения
70.	Май	23	Учебно-тренировочная	1 час	Сдача нормативов и участие в участие в различных турнирах	зачет
71.	Май	24	Учебно-тренировочная	1 час	Сдача нормативов и участие в участие в различных турнирах	Зачет, игра
72.	Май	30	Учебно-тренировочная	1 час	Итоговое занятие	Итоговая аттестация

