

Утверждаю:
И.О. директора ГБОУ СОШ «ОЦ» п. Южный
_____/ Кутлубаева Р.К.
Приказ № 348-од
от 29.08. 2025 г.

Календарно-тематический план
Школьного спортивного клуба
ГБОУ СОШ «ОЦ» п. Южный
На 2025-2026 уч. Год

Выполнил:
Учитель физической культуры
Щербаков Иван Игоревич

Южный
2025 г.

| № занятия | Дата занятия | Тема занятия | Количество часов ^x | Примечание |
|------------------------------------|--------------|---|-------------------------------|------------|
| Модуль « <u>Подготовительный</u> » | | | | |
| 1 | 01.09.2024 | Формирование группы. Техника безопасности | 2 | |
| 2 | 06.09.2024 | Стойка спортсмена за игровым столом | 1 | |
| 3 | 08.09.2024 | Ознакомление с историей. Прототипы и родоначальники настольного тенниса | 2 | |
| 4 | 13.09.2024 | Совершенствование техники и тактики. качество спортивного инвентаря | 2 | |
| 5 | 15.09.2024 | Ознакомление с правильным положением ракетки в руке | 2 | |
| 6 | 20.09.2024 | Хватка ракетки | 1 | |
| 7 | 22.09.2024 | Ознакомление с ударами по мячу | 2 | |
| 8 | 27.09.2024 | Жонглирование | 2 | |
| 9 | 29.09.2024 | Практическое закрепление удара по мячу ладонной и тыльной стороной | 2 | |
| 10 | 04.10.2024 | Основы тактики ведения игры | 1 | |
| 11 | 06.10.2024 | Практическое закрепление удара по мячу ладонной стороной | 2 | |
| 12 | 11.10.2024 | Практическое закрепление удара по мячу попеременно | 2 | |
| 13 | 13.10.2024 | Игры с использованием всех ранее разученных приемов | 2 | |
| 14 | 18.10.2024 | Ознакомление с распорядком дня, с правилами личной гигиены | 1 | |
| 15 | 20.10.2024 | Основы техники откидки слева | 2 | |

| | | | | |
|-----------------|------------|---|----|--|
| 16 | 25.10.2024 | Подрезка подрезки | 2 | |
| 17 | 27.10.2024 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 18 | 01.11.2024 | Ознакомление с техникой подачи откидки слева | 1 | |
| 19 | 03.11.2024 | Подача слева откидкой | 2 | |
| 20 | 08.11.2024 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 21 | 10.11.2024 | Ознакомление с техникой передвижений при откидки слева | 2 | |
| 22 | 15.11.2024 | Схема влево-вправо,вперед-назад | 1 | |
| 23 | 17.11.2024 | Ознакомление с техникой наката справа | 2 | |
| Итого по модулю | | | 40 | |
| | | Модуль «Стартовый» | | |
| 1 | 22.11.2024 | Вводное занятие.Инструктаж по ТБ.Краткий исторический обзор | 2 | |
| 2 | 24.11.2024 | Основы техники наката справа | 2 | |
| 3 | 29.11.2024 | Ознакомление с техникой передвижений при накатах справа | 1 | |
| 4 | 01.12.2024 | Схема влево-вправо,вперед-назад | 2 | |
| 5 | 06.12.2024 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 6 | 08.12.2024 | Ознакомление с техникой поворотов при ударах справа | 2 | |
| 7 | 13.12.2024 | Ознакомление с техникой поворотов при ударах слева | 1 | |
| 8 | 15.12.2024 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 9 | 20.12.2024 | Ознакомление с техникой откидки слева к накату справа | 2 | |
| 10 | 22.12.2024 | Сочетание откидки слева и наката справа | 2 | |

| | | | | |
|-----------------|------------|--|----|--|
| 11 | 27.12.2024 | Закрепление теоретических понятий на практике | 1 | |
| 12 | 29.12.2024 | Ознакомление с техникой наката слева | 2 | |
| 13 | 10.01.2025 | Верхнее вращение мяча | 2 | |
| 14 | 12.01.2025 | Быстрая подача накатом слева | 2 | |
| 15 | 17.01.2025 | Придание мячу верхнее вращение | 1 | |
| 16 | 19.01.2025 | Передвижение в левой стойке при накате слева | 2 | |
| 17 | 24.01.2025 | Техника передвижений в левой стойке | 2 | |
| 18 | 26.01.2025 | Сочетание откатов и откидок слева | 2 | |
| 19 | 31.01.2025 | Переход от наката слева к откидке слева | 1 | |
| 20 | 02.02.2025 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 21 | 07.02.2025 | Сочетание накатов слева и справа | 2 | |
| 22 | 09.02.2025 | Переход от наката слева к накату справа | 2 | |
| 23 | 14.02.2025 | Переход наоборот | 1 | |
| 24 | 16.02.2025 | Повороты при ударах накатами слева | 2 | |
| 25 | 21.02.2025 | Повороты при ударах накатами справа | 2 | |
| Итого по модулю | | | 44 | |
| | | Модуль «Базовый» | | |
| 1 | 23.02.2025 | Вводное занятие.Инструктаж по ТБ | 2 | |
| 2 | 28.02.2025 | Подрезка подрезки | 1 | |
| 3 | 02.03.2025 | Подача подрезкой справа | 2 | |
| 4 | 07.03.2025 | Нижнее вращение мяча | 2 | |
| 5 | 09.03.2025 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 6 | 14.03.2025 | Сочетание накатов справа | 1 | |
| 7 | 16.03.2025 | Сочетание откидок справа | 2 | |
| 8 | 21.03.2025 | Сочетание откидок и накатов слева и справа | 2 | |
| 9 | 23.03.2025 | Повороты при ударах слева и справа | 2 | |
| 10 | 28.03.2025 | Игры с использованием всех ранее изученных приемов | 1 | |
| 11 | 30.03.2025 | Итоговое занятие.Тренировочные игры | 2 | |
| 12 | 04.04.2025 | Тактика атакующего против атакующего | 2 | |

| | | | | |
|------------------|------------|--|----|--|
| 13 | 06.04.2025 | Захват инициативы | 2 | |
| 14 | 11.04.2025 | Варирование темпом | 1 | |
| 15 | 13.04.2025 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 16 | 18.04.2025 | Тактика защитника против защитника | 2 | |
| 17 | 20.04.2025 | Зеркальные действия | 2 | |
| 18 | 25.04.2025 | Закрепление теоретических понятий на практике | 1 | |
| 19 | 27.04.2025 | Тактика защитника против атакующего | 2 | |
| 20 | 16.05.2025 | Использование слабых сторон техники наступающего | 2 | |
| 21 | 18.05.2025 | Закрепление теоретических понятий на практике | 2 | |
| 22 | 23.05.2025 | Соревновательные игры | 1 | |
| 23 | 25.05.2025 | Игры с использованием всех ранее изученных приемов | 2 | |
| 24 | 30.05.2025 | Итоговое занятие.Тренировочные игры | 2 | |
| Итого по модулю: | | | 42 | |
| Всего часов:126 | | | | |

План воспитательной работы объединения

| № пп | Название мероприятия | Сроки | Место проведения |
|------|--|---------|---------------------|
| 1 | Терроризм-Беслан | 09.2024 | Школьная библиотека |
| 2 | Диспут: Здоровый образ жизни- что это | 11.2024 | Тренажерный зал |
| 3 | Беседа «Наркотикам нет» | 01.2025 | Тренажерный зал |
| 4 | Всемирный день отказа от курения | 03.2025 | Тренажерный зал |
| 5 | Экологическая игра.Влияние окружающей среды на здоровье человека | 04.2025 | Тренажерный зал |
| 6 | Вахта памяти.Бег.Эстафета | 05.2025 | Спортивная площадка |

План работы с родителями

| № пп | Название мероприятия | Сроки | Место проведения | Примечание |
|------|--|---------|------------------|------------|
| 1 | Консультация по вопросу работы спортивной секции в школе | 09.2024 | Тренажерный зал | |
| 2 | Привлечение | 12.2024 | Тренажерный | |

| | | | | |
|---|--|----------|--------------------|--|
| | родителей к созданию портфолиума спортивных достижений ребенка (консультация) | | зал | |
| 3 | Беседа: Здоровый образ семьи, залог развития полноценной личности | 03.2025 | Тренажерный зал | |
| 4 | Подведение итогов за учебный год | .05.2025 | Тренажерный зал | |
| | | | | |