

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГАВРИЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА ИМ.Г.КРЫСАНОВА»

Принята на
заседании педагогического совета
Протокол № 6 от «25» 02 2022 г.

Утверждаю:
Директор Гавриловской средней школы им.
Г. Крысанова



И.В. Филипенко
Приказ № 01 от «25» 02 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»

Возраст обучающихся: 10 - 11 лет
Срок реализации – 9 месяцев

Автор-составитель:
Романенко Галина Васильевна

п. Гаврилово, 2022 г.

Пояснительная записка

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Актуальность программы «Мини-футбол» - в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Программа способствует формированию у обучающихся необходимых знаний, умений, навыков которые являются залогом высокой работоспособности и здорового образа жизни. Освоение программы развивает физические качества, необходимые для игры в футбол, формирует коммуникативные навыки необходимые для взаимодействия в команде. Данная программа направлена на привитие обучающимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Отличительной особенностью программы является то, что в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя повышенные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра мини-футбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» предназначена для учащихся от 10 до 11 лет.

Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

Формы обучения

Форма обучения по программе – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение осуществляется из числа обучающихся 4-х классов Гавриловская средняя школа им. Г.Крысанова.

Условия набора и формирования групп: в объединение принимаются все желающие, прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к занятиям. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, командные формы работы с детьми. Состав групп: 12-20 человек.

Программа реализуется в рамках Губернаторской программы «УМная ПРОдленка» и является бесплатной для обучающихся.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Занятия проводятся на пришкольной площадке и в спортивном зале.

Программа включает в себя теоретическую и практическую формы работы. Теоретические сведения сообщаются в процессе проведения практических занятий.

Большинство практических тренировок, для данного возраста, проходят в школьном спортивном зале.

Цель программы «Мини-футбол»: создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий футболом.

Задачи программы «Мини-футбол»

Обучающие:

- ознакомление с методикой самостоятельных занятий спортом;
- получение знаний по теории и практике мини-футбола;
- получение знаний по правилам игры.

Развивающие:

- развитие логического мышления, умения ориентироваться в проблемных ситуациях;
- развивать умение работать и контролировать самостоятельно свои занятия;
- развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.

Воспитательные:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников;
- расширять спортивный кругозор детей;
- воспитание спортсменов – патриотов своей школы, своего города, своей страны.

Принципы отбора содержания:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Основные формы и методы

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Планируемые результаты дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол»

В области предметных результатов:

- Освоить техники перемещений, стоек футболиста в нападении и в защите;
- Концентрировать внимание;
- Освоить технику удара внутренней и внешней частью стопы;
- Освоить технику ведения мяча различными способами;
- Освоить технику приема мяча;

Должны знать:

- правил игры в футбол и их применение;
- методику самостоятельных занятий спортом.
- правила личной гигиены и самоконтроля физического состояния.

Должны уметь:

- контролировать свое физическое состояние;

- управлять своими эмоциями;
- понимать игровую ситуацию на футбольном поле;
- уметь владеть техникой передвижения, остановок и поворотов, а также техникой ударов по воротам и простейших финтов.

В области метапредметных результатов:

- Иметь представления о тактических действиях игроков;
- Знать о нормах поведения в спортивном зале;
- Иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении спорных ситуаций;

В области личностных результатов:

- Самостоятельно ориентироваться в правилах игры;
- Позитивно оценивать свои способности и навыки;
- Быть ориентированным на успех;
- Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

Механизм оценивания образовательных результатов

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

На основе контрольных упражнений педагог делает выводы и при необходимости вносит коррективы в тренировочный процесс. Например, если уровень физической подготовленности занимающихся не повышается или становится ниже, то необходимо пересмотреть содержание, методику занятий, физические нагрузки.

В процессе обучения проводятся три вида диагностики: входной контроль, промежуточный и итоговый. Диагностика проводится в процессе работы и общения с обучающимися.

Методы контроля и управления образовательным процессом – это наблюдение педагога в ходе занятий, анализ подготовки и участия обучающихся в различных мероприятиях, конкурсах.

Формы подведения итогов реализации программы

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Планируемые результаты дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол»

В области предметных результатов:

- Освоить техники перемещений, стоек футболиста в нападении и в защите;
- Концентрировать внимание;
- Освоить технику удара внутренней и внешней частью стопы;
- Освоить технику ведения мяча различными способами;
- Освоить технику приема мяча;

Должны знать:

- правил игры в футбол и их применение;
- методику самостоятельных занятий спортом.
- правила личной гигиены и самоконтроля физического состояния.

Должны уметь:

- контролировать свое физическое состояние;
- управлять своими эмоциями;
- понимать игровую ситуацию на футбольном поле;
- уметь владеть техникой передвижения, остановок и поворотов, а также техникой ударов по воротам и простейших финтов.

В области метапредметных результатов:

- Иметь представления о тактических действиях игроков;
- Знать о нормах поведения в спортивном зале;
- Иметь навыки общения контактности и доброжелательности при решении спорных ситуаций;

В области личностных результатов:

- Самостоятельно ориентироваться в правилах игры;
- Позитивно оценивать свои способности и навыки;
- Быть ориентированным на успех;
- Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

Учебный план

№ п/п	Раздел/тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего часов	
1	Введение. История создания и развития мини-футбола за рубежом и в России. Влияние физических упражнений на организм занимающихся	3	-	3	Опрос
2	Спортивный травматизм и его предупреждение	2	-	2	Доклад
3	Основы техники и тактики игры	2	37	39	Контрольные упражнения
4	Методика обучения	-	3	3	Практическая работа

5	Оборудование инвентарь и уход за ним	-	1	1	Практическая работа
6	Психологическая подготовка	1	1	2	Практическая работа
7	Правила игры, соревнования, их организация и проведение	-	2	2	Тест
8	Общая и специальная физическая подготовка	2	15	17	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
9	Контроль подготовленности занимающихся.	-	1	1	Соревнования
10	Судейская практика	1	1	2	Выполнение упражнений. соревновательная деятельность
	Итого за курс обучения	11	61	72	

Содержание программы (72 часа, 2 часа в неделю)

Тема 1. Введение.

История создания и развития мини-футбола за рубежом и в России.

Теория: Техника безопасности. Общие требования безопасности перед началом занятий, во время занятий, в аварийных ситуациях, по окончании занятий, возвращению домой после тренировки, правила проведения соревнований.

Мини-футбол в зале — командный вид спорта из семейства футбола. Играется в закрытых помещениях на твёрдом ровном полу специальным мячом. Цель игры: забить мяч в ворота соперника. История мини-футбола за рубежом и в России.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Повышение способности организма к переносимости длительности и интенсивности нагрузок. Цели и задачи комплекса ГТО требования и нормы физкультурного комплекса.

Тема 2. Спортивный травматизм и его предупреждение.

Теория: Правила пользования спортивным инвентарем, оборудованием, одеждой и обувью. Расположение группы и отдельных учащихся во время занятий. Дисциплина. Травмы и их предупреждение.

Тема 3. Основы техники и тактики игры.

Теория: Ведение мяча. Стойка спортсмена, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Техника перемещений и их виды. Основные тактические варианты игры.

Практические занятия. Тренировка ударов и передача мяча. Техника ведения мяча различными способами. Техника передачи мяча различными способами. Сочетание приема и удара по мячу в движении. Имитация ударов.

Имитация перемещений. Игра в численном меньшинстве и большинстве. Сдача контрольных норм.

Тема 4. Методика обучения.

Практические занятия. Методы тренировки ударов нижних подач, тренировка сочетаний ударов, применение имитаций в тренировке. Навыки контроля своей подготовки.

Тема 5. Оборудование инвентарь и уход за ним.

Практические занятия. Правила бережного ухода за инвентарем, профилактический ремонт спортивного инвентаря.

Тема 6. Психологическая подготовка.

Практические занятия. Воспитание волевых качеств, целенаправленности, настойчивости, трудолюбия. Самоконтроль своего поведения в соревнованиях.

Тема 7. Правила игры, соревнования, их организация и проведение.

Теория: Изучение основных правил игры, ведения счета, круговая система соревнований.

Тема 8. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория: СФП – целенаправленное развитие организма для достижения спортивных результатов в настольном теннисе. Роль имитации в тренировке мышц рук, корпуса и ног. *Практические занятия* Передачи мяча и удары по воротам. Удары в продолжении 10 минут. Имитация перемещений. Игра в численном меньшинстве и большинстве.

Тема 9. Контроль подготовленности занимающихся.

Контроль осуществляется в соответствии с нормами.

Тема 10. Судейская практика.

С первого соревнования сами занимающиеся должны участвовать в судействе (счет очков игры).

Контрольные упражнения и нормативы.

Проводятся согласно календарному плану мероприятий.

Календарный учебный график

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
01.09.2022	25.05.2023	36	72	2 занятия в неделю

Организационно-педагогические условия реализации программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное

образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение:

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивная площадка, зал с разметкой и воротами.

Спортивный инвентарь:

Мини-футбольные мячи -15-20 штук;
набивные мячи - на каждого обучающегося;
перекладины для подтягивания в висе – 5 штук;
гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;
гимнастические маты;
баскетбольные и теннисные мячи -10-15 штук;

Спортивные снаряды:

гимнастические скамейки – 3-5 штук;
гимнастическая стенка – 6 пролетов.

Методическое обеспечение

Основная форма обучения – проведение комбинированных и практических занятий в течение учебного года. По форме занятия самые разнообразные: учебно- тренировочные занятия, соревнования, товарищеские игры, сдача контрольных нормативов. Совокупность творческих методов обучения имеет не только образовательный и развивающий потенциал, а также выполняет функцию воспитания. Обучающиеся приобретают знания, накапливают умения и навыки игры в мини-футбол, показывают результаты тренировочной работы в соревнованиях и при сдаче контрольных нормативов, что способствует развитию самоконтроля, мотивации и социализации.

Методическая последовательность при обучении игре в мини-футбол представлена следующим образом:

1. Перемещение по площадке.
2. Удары по воротам.
3. Обводка игрока, финты.
4. Нападающий удар, пас.
5. Групповой отбор.
6. Разновидность паса.
7. Специальные элементы и обманные действия.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям мини-футболом рекомендуется применять различные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом для показа упражнений, наглядных пособий.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах. Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. № 2620-р.
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Для педагога:

1. «Мини-Футбол. Подготовка Футболистов В Спортивных Школах И Любительских Командах». Методическое Пособие. (Авторы: С.Н. Андреев, В.С. Левин.) Издательство: «Гу «Рог», Липецк, 2004. 496 С.
2. «Мини-Футбол В Школе» (Авторы – С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев). Издательство: «Советский Спорт», 2006, 224 С.

3. «Мини-Футбол – Игра Для Всех». (Авторы: В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев). Учебно – Методическое Пособие. Издательство: «Советский Спорт», 2007 Год, 264 С.

4. «Программа По Мини-Футболу (Футзалу) Для Дюш И Сдюшор». (Авторы: С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев, В.С. Левин, К.В. Ерёменко). Издательство: «Советский Спорт», 2008 Год, 96 С.

5. «Мини-Футбол (Многолетняя Подготовка Юных Утболистов В Спортивных Школах)» - Монография. (Авторы: С.Н. Андреев, В.С. Левин, Э.Г. Алиев). Издательство: «Советский Спорт», 2008 Год. 304 С.

**Календарно-тематическое планирование
Мини-футбол**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		Всего	Теория	Практика		
1.	Введение. История создания и развития мини-футбола за рубежом и в России. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1	1	-	02.09	Опрос
2.	Введение. История создания и развития мини-футбола за рубежом и в России. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1	1	-	05.09	Опрос
3.	Введение. История создания и развития мини-футбола за рубежом и в России. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1	1	-	09.09	Опрос
4.	Спортивный травматизм и его предупреждение	1	1	-	12.09	Доклад
5.	Спортивный травматизм и его предупреждение	1	1	-	16.09	Доклад
6.	Основы техники и тактики игры. Ведение мяча. Стойка спортсмена, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры.	1	1	-	19.09	Контрольные упражнения
7.	Основы техники и тактики игры. Техника перемещений и их виды. Основные тактические варианты игры.	1	1	-	23.09	Контрольные упражнения
8.	Основы техники и тактики игры. Тренировка ударов и передача мяча.	1	-	1	26.09	Контрольные упражнения
9.	Основы техники и тактики игры. Тренировка ударов и передача мяча.	1	-	1	30.09	Контрольные упражнения
10.	Основы техники и тактики игры.	1	-	1	03.10	Контрольные упражнения

	Тренировка ударов и передача мяча.					
11.	Основы техники и тактики игры. Тренировка ударов и передача мяча.	1	-	1	07.10	Контрольные упражнения
12.	Основы техники и тактики игры. Техника ведения мяча различными способами.	1	-	1	10.10	Контрольные упражнения
13.	Основы техники и тактики игры. Техника ведения мяча различными способами.	1	-	1	14.10	Контрольные упражнения
14.	Основы техники и тактики игры. Техника ведения мяча различными способами.	1	-	1	17.10	Контрольные упражнения
15.	Основы техники и тактики игры. Техника ведения мяча различными способами.	1	-	1	21.10	Контрольные упражнения
16.	Основы техники и тактики игры. Техника передачи мяча различными способами.	1	-	1	24.10	Контрольные упражнения
17.	Основы техники и тактики игры. Техника передачи мяча различными способами.	1	-	1	28.10	Контрольные упражнения
18.	Основы техники и тактики игры. Техника передачи мяча различными способами.	1	-	1	11.11	Контрольные упражнения
19.	Основы техники и тактики игры. Техника передачи мяча различными способами.	1	-	1	14.11	Контрольные упражнения
20.	Основы техники и тактики игры. Сочетание приема и удара по мячу в движении.	1	-	1	18.11	Контрольные упражнения
21.	Основы техники и тактики игры. Сочетание приема и удара по мячу в движении.	1	-	1	21.11	Контрольные упражнения
22.	Основы техники и тактики игры. Сочетание приема и удара по мячу в движении.	1	-	1	25.11	Контрольные упражнения
23.	Основы техники и тактики игры. Сочетание	1	-	1	28.11	Контрольные упражнения

	приема и удара по мячу в движении.					
24.	Основы техники и тактики игры. Имитация ударов.	1	-	1	02.12	Контрольные упражнения
25.	Основы техники и тактики игры. Имитация ударов.	1	-	1	05.12	Контрольные упражнения
26.	Основы техники и тактики игры. Имитация ударов.	1	-	1	09.12	Контрольные упражнения
27.	Основы техники и тактики игры. Имитация ударов.	1	-	1	12.12	Контрольные упражнения

28.	Основы техники и тактики игры. Имитация перемещений.	1	-	1	16.12	Контрольные упражнения
29.	Основы техники и тактики игры. Имитация перемещений.	1	-	1	19.12	Контрольные упражнения
30.	Основы техники и тактики игры. Имитация перемещений.	1	-	1	23.12	Контрольные упражнения
31.	Основы техники и тактики игры. Имитация перемещений.	1	-	1	13.01	Контрольные упражнения
32.	Основы техники и тактики игры. Игра в численном меньшинстве и большинстве.	1	-	1	20.01	Контрольные упражнения
33.	Основы техники и тактики игры. Игра в численном меньшинстве и большинстве.	1	-	1	27.01	Контрольные упражнения
34.	Основы техники и тактики игры. Игра в численном меньшинстве и большинстве.	1	-	1	03.02	Контрольные упражнения
35.	Основы техники и тактики игры. Игра в численном меньшинстве и большинстве.	1	-	1	10.02	Контрольные упражнения
36.	Основы техники и тактики игры. Игра в численном меньшинстве и большинстве.	1	-	1	17.02	Контрольные упражнения
37.	Основы техники и тактики игры. Игра в численном меньшинстве и большинстве.	1	-	1	24.02	Контрольные упражнения
38.	Основы техники и тактики игры. Сдача контрольных норм.	1	-	1	03.03	Контрольные упражнения
39.	Основы техники и тактики игры. Сдача контрольных норм.	1	-	1	10.03	Контрольные упражнения
40.	Основы техники и тактики игры. Сдача контрольных норм.	1	-	1	10.03	Контрольные упражнения
41.	Основы техники и тактики игры. Сдача контрольных норм.	1	-	1	17.03	Контрольные упражнения

42.	Основы техники и тактики игры. Сдача контрольных норм.	1	-	1	17.03	Контрольные упражнения
43.	Основы техники и тактики игры. Сдача контрольных норм.	1	-	1	24.03	Контрольные упражнения
44.	Методика обучения	1	-	1	24.03	Практическая работа
45.	Методика обучения	1	-	1	31.03	Практическая работа
46.	Методика обучения	1	-	1	31.03	Практическая работа
47.	Оборудование инвентарь и уход за ним	1	-	1	14.04	Практическая работа
48.	Психологическая работа	1	1	-	14.04	Практическая работа
49.	Психологическая работа	1	-	1	14.04	Практическая работа
50.	Правила игры, соревнования, их организация и проведения	1	-	1	14.04	Тест
51.	Правила игры, соревнования, их организация и проведения	1	-	1	21.04	Тест
52.	Общая и специальная физическая подготовка	1	1	-	21.04	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
53.	Общая и специальная физическая подготовка	1	1	-	21.04	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
54.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	21.04	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
55.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	28.04	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
56.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	28.04	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
57.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	28.04	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
58.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	28.04	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность

59.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	05.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
60.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	05.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
61.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	05.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
62.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	05.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
63.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	12.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
64.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	12.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
65.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	12.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
66.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	12.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
67.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	19.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
68.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	19.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
69.	Общая и специальная физическая подготовка	1	-	1	19.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
70.	Контроль подготовленности занимающихся	1	-	1	19.05	Соревнования
71.	Судейская практика	1	1	-	26.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность
72.	Судейская практика	1	-	1	26.05	Выполнение упражнений. Соревновательная деятельность

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	72	11	61	
--	----	----	----	--