Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования

«Дворец творчества детей и молодежи»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МАУ ДО «ДТДМ»
_____Л.Н. Фокшей
«11»_____09_____2023 г.

Рабочая программа

на 2023-2024 учебный год

спортивное объединение

«Борцы»

По образовательным программам:
1.Дополнительная общеобразовательная программа "Борьба начальная (базовая)"

Форма реализации – очная;

1 группа – базовый уровень, 1 год обучения (5-7 лет)
2 группа – базовый уровень, 1 год обучения (5-7 лет)
3 группа – базовый уровень, 2 год обучения (8-9 лет)
2. Дополнительная общеобразовательная программа "Борьба начальная"
4 группа – базовый уровень, 3 год обучения (13-15 лет)
5 группа - базовый уровень, 4 год обучения (8-10 лет)
3. Дополнительная общеобразовательная программа "Борьба начальная+"
4+ группа – базовый уровень, 3 год обучения (9-10 лет)
5 + группа - базовый уровень, 4 год обучения (8-10 лет)
4. Дополнительная общеобразовательная программа "Общая физическая подготовка (базовая)"
6 Группа - базовый уровень, 1 год обучения (10-13 лет)
5. Дополнительная общеобразовательная программа "Геркулес"
7 группа – базовый уровень, 2 год обучения (10-13 лет)
6. Дополнительная общеобразовательная программа "Геркулес+»
7+ группа – базовый уровень, 2 год обучения (11-13 лет)

Педагог дополнительного образования:
Панько Станислав Владимирович

г. Норильск,2023

Анализ работы:

Работа коллектива «Борцы» была направлена на решение задач, вытекающих из поставленных целей.

Цели: «***Формирование личностных и профессиональных качеств, развитие творческого мышления, развитие личностных, познавательных, регулятивных и коммуникативных универсальных учебных действий, творческая самореализация и самоопределение детей, подростков и молодежи средствами дополнительного образования»***

Задачи: Активизация психолого-педагогического сопровождение ребенка в условиях дворца. Создание благоприятной среды в коллективе, сплочение коллектива, привлечение родителей в жизнь коллектива.

Решение этих задач осуществлялось через различные формы деятельности:

- Беседа "Будем знакомы" для малышей и их родителей.
- Показательное занятие всех групп коллектива для родителей.
- Открытые ковры.
- Новогоднее представление для участников коллектива.

За 2022 – 2023 учебный год коллектив провел 23 мероприятия "Открытый ковер", которые помогли сплотить коллектив, выявить лучших, показать детям их ошибки и дать проявить волю к победе. В соревнованиях "Открытый ковер" приняло около 100 учащихся НПР, ребята коллектива занимали призовые места ни раз.

Коллектив "Борцы " за период с сентября по май принял участие в 23 соревнованиях, 20 из которых были регионального уровня и 3 Краевого уровня.

В коллективе осуществлялась целенаправленная работа с родителями, что обеспечивало их заинтересованность в достижениях детей, соучастие в жизнедеятельности коллектива. Были проведены беседы, дискуссии, открытые занятия, показательные выступления.

Обучение в коллективе осуществляется по образовательным программам: "Борьба начальная", «Борьба начальная +», «Борьба начальная (базовая), "ОФП", «Геркулес», «Геркулес+».

Распределение групп осуществлялось по возрасту. Всего 8 групп – 70 учащихся на начало года. На конец учебного года 80 чел.

Осуществлялась диагностика результатов обучения и уровня личностного развития учащихся, показатели которой являлись основанием для коррекции выявленных проблем, индивидуализации обучения, определения наиболее эффективных путей развития детей. А так же в течение года, ребята тестировались на физическую и психологическую подготовку, где был показан не плохой результат.

Использовались различные формы организации проверки образовательного результата: наблюдение за деятельностью каждого воспитанника на занятиях, соревнования с последующим их анализом и обсуждением учащимися коллектива, а также зачёты по пройденным темам, тестирование по итогам обучения за полугодие, сдача нормативов *и сдача нормативов ГТО.*

Организованный и целенаправленный мониторинг образовательного процесса показывает, что дети успешно осваивают данную программу, несмотря на то, что она требует значительных усилий в работе над собой (большие физические нагрузки, напряженность работы), что подтверждают показатели качества знаний,

умений и навыков учащихся. Также успешным результатом прохождения программы была поездка на соревнования в другие города ,такие как: 1.Соревнования по греко-римской борьбе X межрегиональный турнир «Кубок Единства» (1 место) ; 2.«Участие в XXX открытом городском турнире по греко – римской борьбе памяти Заслуженного тренера России Анатолия Александровича Солопова среди Юношей 2009-2010 г.р. (2место) ; 3. Первенство Красноярского Края по греко-римской борьбе среди юношей 2009-2010г.р." Ребята достойно представили ДТДМ и НПР в целом, занимают почетные призовые места

Отмечена положительная динамика показателей уровня воспитанности детей на начало и конец обучения.

Внедрение в образовательный процесс элементов личностно-ориентированных технологий развивающего обучения, здоровьесберегающих технологий, получение мастер-классов, позволяет повышать творческое развитие, самовыражение и самореализацию учащихся, формировать силовые, скоростные, волевые и еще много других качеств, постоянную мотивацию учащихся к занятиям борьбой.

В следующем учебном году планируется набор ребят в младшую и среднюю возрастные группы. В целом коллектив справился с поставленными целями и задачами. Необходимо и в дальнейшем проводить работу над сплочением коллектива, а так же работу с родителями. Запланировать мероприятия на следующий учебный год, в которых прослеживалась бы преемственность в коллективе. Больше внимания уделять силовой подготовке. Хотелось бы больше проводить мероприятий совместно с родителями. Следующий учебный год уделить серьезное внимание подготовке к выездным соревнованиям.

1.Пояснительная записка.

1.1 Состав спортивного объединения.

(таблица №1)

Количество групп	Уровень обучения	Количество учащихся	Из них по возрасту			
			Д/С	1-4 класс	5-7 класс	8-11 класс
1 группа	базовый	5	-	5	-	-
2 группа	базовый	5	-	5	-	-
3 группа	базовый	10	-	5	-	-
4+ группа	базовый	10	-	10	-	-
4 группа	базовый	10	-	10	-	-
5+ группа	базовый	10	-	10	-	-
5 группа	базовый	10	-	10	-	-
6 группа	базовый	10	-	-	3	7
7+ группа	базовый	10	-	-	9	1
7 группа	базовый	10	-	-	10	-

1.2. Характеристика учащихся спортивного объединения «Борцы».

Возраст детей: 7-16 лет.

Группы формируются по разновозрастному признаку, уровню подготовленности учащихся.

Основной целью обучения групп начального уровня, первого года обучения является создание благоприятной, эмоциональной атмосферы для формирования активной жизненной позиции ребёнка по средствам приобщения его к здоровому образу жизни и самосовершенствования на основе всестороннего изучения греко-римской борьбы.

Задачи:

- популяризация и пропаганда здорового образа жизни, физической культуры и спорта;
- формирование основ ведения единоборств;
- овладение играми с элементами единоборств;
- достижение занимающимися такого уровня здоровья и физической подготовленности, который обеспечивал бы полноценную жизнедеятельность, гармоническое развитие личности;
- развитие самодисциплины.

Возраст детей: 9-16 лет, занимающихся по образовательной программе «ОФП»

Группы формируются по разновозрастному признаку, уровню подготовленности учащихся.

Основной целью обучения групп начального уровня, первого года обучения является создание благоприятной, эмоциональной атмосферы для формирования активной жизненной позиции ребёнка по средствам приобщения его к здоровому образу жизни и самосовершенствования на основе знакомства с физической культурой.

Задачи:

- популяризация и пропаганда здорового образа жизни, физической культуры и спорта;
- совершенствование физических качеств;
- овладение основами тяжелой атлетики;
- достижение занимающимися такого уровня здоровья и физической подготовленности, который обеспечивал бы полноценную жизнедеятельность, гармоническое развитие личности;
- развитие самодисциплины.

1.3. Материальное оснащение.

- спортивный зал;
- борцовский ковёр;
- скакалки;
- набивные мячи;
- гимнастические маты.

1.4. Особенности учебного года.

- посещение соревнований с участием воспитанников ДТДМ;
- участие в мастер - классах с участием воспитанников ДТДМ;
- посещение показательных выступлений с участием воспитанников ДТДМ;
- участие в соревнованиях с участием воспитанников ДТДМ;
- участие в показательных выступлениях с участием воспитанников ДТДМ;

1.5. Массовая работа.

Начальный уровень.
Воспитательная работа учебного характера.
Для учащихся по образовательной программе «Борьба начальная»
(таблица2)

№	Содержание	Время
1	Турнир по спортивной борьбе памяти Д.Г.Миндиашвили	Сентябрь
2	Турнир по вольной борьбе памяти тренера МС СССР В.Х.Царикаева	Октябрь
3	Турнир по греко-римской борьбе "Юные борцы»	Октябрь
4	Соревнования по греко-римской борьбе памяти А.Г.Кизима	Ноябрь
5	Соревнования по вольной борьбе VIII региональный турнир на призы заслуженного тренера России Горгана А.Г	Декабрь
6	Соревнования по греко-римской борьбе «Новогодний турнир»	Декабрь
7	Турнир основателя греко-римской борьбы в г.Норильск Баскова Н.И	Январь
8	«Фестеваль спортивной борьбы» р-он. Талнах дисциплина греко-римская борьба	Февраль
9	Соревнования по греко-римской борьбе «Дворцовый турнир»	Март
10	Первенство г.Норильска	Апрель
11	Закрытие спортивного сезона по греко-римской борьбе	Апрель

Для учащихся по образовательной программе «ОФП» (таблица 3)

№	Содержание	Время
1	Посещение турнира «Открытие спортивного сезона» по греко-римской борьбе.	сентябрь
2	Посещение традиционного «Дворцового турнира» по греко-римской борьбе.	январь
3	Посещение «Итогового турнира» по греко-римской борьбе.	апрель

Массовая работа воспитательного характера.
(таблица 4)

№	Содержание	Время
1	Организация экскурсий, посещение музеев, театров, выставок;	сентябрь-май
2	Участие в творческой жизни ДТДМ	сентябрь-май
3	Представление спортивного объединения «БОРЦЫ»	октябрь
4	Посещение новогодней шоу-программа МАОУ ДОД ДТДМ	декабрь
5	Посещение кинотеатров	январь

6	празднование дня защитника Отечества	февраль
7	Выезд на турбазы	март-апрель

1.6. Источники планирования.

1. Образовательные программы: «Борьба начальная (базовая), «Борьба начальная», «Борьба начальная +», «ОФП (базовая)», «Геркулес», «Геркулес+».

2. План массовых мероприятий на 2023-2024 уч. год.

1.7. Работа с родителями.
(таблица 5)

1	Родительское собрание «*встреча с родителями. Обсуждение организационных вопросов*».	октябрь
2	Родительское собрание «*Подведение итогов 2021-2022 уч. года*».	апрель
3	Беседы, консультации, индивидуальные встречи.	в течение года

1.8. Личный творческий план педагога.

1. Совершенствование профессионально-педагогической квалификации:
- посещение открытых занятий педагогов ДТДМ;

2. Разработка (коррекция) образовательной программы.
- Разработка планов занятий;

3. Участие в работе ДТДМ.

IV. Календарный план

<u>1 группа.</u> Уровень базовый Год обучения _1_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	1.09.23	Комплекс №1		1	очная	очная	-
2	4.09.23	Комплекс №2		1	очная	очная	-
3	6.09.23	Комплекс №3		1	очная	очная	-
4	8.09.23	Комплекс №4		1	очная	очная	-
5	11.09.23	Комплекс №5		1	очная	очная	-
6	13.09.23	Комплекс №6		1	очная	очная	-
7	15.09.23	Комплекс №2		1	очная	очная	-

8	18.09.23	Комплекс №4		1	очная	очная	-
9	20.09.23	Комплекс №5		1	очная	очная	-
10	22.09.23	Комплекс №7		1	очная	очная	-
11	25.09.23	Комплекс №8		1	очная	очная	-
12	27.09.23	Комплекс №9		1	очная	очная	-
13	29.09.23	Комплекс №10		1	очная	очная	-
14	2.10.23	Комплекс №1		1	очная	очная	-
15	4.10.23	Комплекс №5	0.5	0.5	очная	очная	-
16	6.10.23	Комплекс №6		1	очная	очная	-
17	9.10.23	Комплекс №7		1	очная	очная	-
18	11.10.23	Комплекс №8		1	очная	очная	-
19	13.10.23	Комплекс №9	0.5	0.5	очная	очная	-
20	16.10.23	Комплекс №1		1	очная	очная	-
21	18.10.23	Комплекс №2		1	очная	очная	-
22	20.10.23	Комплекс №5		1	очная	очная	-
23	23.10.23	Комплекс №4	0.5	0.5	очная	очная	-
24	25.10.23	Комплекс №6		1	очная	очная	-
25	27.10.23	Комплекс №8		1	очная	очная	-
26	30.10.23	Комплекс №1		1	очная	очная	-
27	1.11.23	Комплекс №2	0.5	0.5	очная	очная	-
28	3.11.23	Комплекс №3		1	очная	очная	-
29	6.11.23	Комплекс №4		1	очная	очная	-
30	8.11.23	Комплекс №9		1	очная	очная	-
31	10.11.23	Комплекс №10		1	очная	очная	-
32	13.11.23	Комплекс №9		1	очная	очная	-
33	15.11.23	Комплекс №7		1	очная	очная	-
34	17.11.23	Комплекс №5	0.5	0.5	очная	очная	-
35	20.11.23	Комплекс №8		1	очная	очная	-
36	22.11.23	Комплекс №3		1	очная	очная	-
37	24.11.23	Комплекс №5		1	очная	очная	-
38	27.11.23	Комплекс №4		1	очная	очная	-
39	29.11.23	Комплекс №7		1	очная	очная	-
40	1.12.23	Комплекс №8		1	очная	очная	-
41	4.12.23	Комплекс №9		1	очная	очная	-
42	6.12.23	Комплекс №10		1	очная	очная	-
43	8.12.23	Комплекс №4		1	очная	очная	-

44	11.12.23	Комплекс №6	0.5	0.5	очная	очная	-
45	13.12.23	Комплекс №7		1	очная	очная	-
46	15.12.23	Комплекс №3		1	очная	очная	-
47	18.12.23	Комплекс №2		1	очная	очная	-
48	20.12.23	Комплекс №3		1	очная	очная	-
49	22.12.23	Комплекс №5	0.5	0.5	очная	очная	-
50	25.12.23	Комплекс №7		1	очная	очная	-
51	27.12.23	Комплекс №8		1	очная	очная	-
52	29.12.23	Комплекс №9		1	очная	очная	-
53	10.01.24	Комплекс №7		1	очная	очная	-
54	12.01.24	Комплекс №6		1	очная	очная	-
55	15.01.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
56	17.01.24	Комплекс №4		1	очная	очная	-
57	19.01.24	Комплекс №2		1	очная	очная	-
58	22.01.24	Комплекс №1	0.5	0.5	очная	очная	-
59	24.01.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
60	26.01.24	Комплекс №9		1	очная	очная	-
61	29.01.24	Комплекс №7		1	очная	очная	-
62	31.01.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
63	2.02.24	Комплекс №3		1	очная	очная	-
64	5.02.24	Комплекс №4		1	очная	очная	-
65	7.02.24	Комплекс №5	0.5	0.5	очная	очная	-
66	9.02.24	Комплекс №6		1	очная	очная	-
67	12.02.24	Комплекс №8		1	очная	очная	-
68	14.02.24	Комплекс №2		1	очная	очная	-
69	16.02.24	Комплекс №1		1	очная	очная	-
70	19.02.24	Комплекс №5	0.5	0.5	очная	очная	-
71	21.02.24	Комплекс №9		1	очная	очная	-
72	26.02.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
73	28.02.24	Комплекс №3		1	очная	очная	-
74	1.03.24	Комплекс №4		1	очная	очная	-
75	4.03.24	Комплекс №6		1	очная	очная	-
76	6.03.24	Комплекс №8	0.5	0.5	очная	очная	-
77	11.03.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
78	13.03.24	Комплекс №9		1	очная	очная	-
79	15.03.24	Комплекс №7		1	очная	очная	-

80	18.03.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
81	20.03.24	Комплекс №3		1	очная	очная	-
82	22.03.24	Комплекс №4		1	очная	очная	-
83	25.03.24	Комплекс №6	0.5	0.5	очная	очная	-
84	27.03.24	Комплекс №8		1	очная	очная	-
85	29.03.24	Комплекс №2		1	очная	очная	-
86	1.04.24	Комплекс №10		1	очная	очная	-
87	3.04.24	Комплекс №1		1	очная	очная	-
88	5.04.24	Комплекс №3		1	очная	очная	-
89	8.04.24	Комплекс №2		1	очная	очная	-
90	10.04.24	Комплекс №6	0.5	0.5	очная	очная	-
91	12.04.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
92	15.04.24	Комплекс №4		1	очная	очная	-
93	17.04.24	Комплекс №8		1	очная	очная	-
94	19.04.24	Комплекс №9		1	очная	очная	-
95	22.04.24	Комплекс №10	0.5	0.5	очная	очная	-
96	24.04.24	Комплекс №7		1	очная	очная	-
97	26.04.24	Комплекс №1		1	очная	очная	-
98	29.04.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
99	3.05.24	Комплекс №7		1	очная	очная	-
100	6.05.24	Комплекс №3		1	очная	очная	-
101	8.05.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
102	10.05.24	Комплекс №6	0.5	0.5	очная	очная	-
103	13.05.24	Комплекс №4		1	очная	очная	-
104	15.05.24	Комплекс №7		1	очная	очная	-
105	17.05.24	Комплекс №8		1	очная	очная	-
106	20.05.24	Комплекс №9		1	очная	очная	-
107	22.05.24	Комплекс №10		1	очная	очная	-
108	24.05.24	Комплекс №5		1	очная	очная	-
109	27.05.24	Комплекс №8		1	очная	очная	-
110	29.05.24	Комплекс №9		1	очная	очная	-
111	31.05.24	Комплекс №8		1	очная	очная	-
		ИТОГО	111				

<u>2 группа.</u> Уровень базовый, Год обучения _1_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	1.09.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
2	5.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
3	7.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
4	8.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
5	12.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
6	14.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
7	15.09.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
8	19.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
9	21.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
10	22.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
11	26.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
12	28.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
13	29.09.23	Комплекс		1	очная	очная	-
14	3.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
15	5.10.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
16	6.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
17	10.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
18	12.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
19	13.10.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
20	17.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
21	19.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
22	20.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
23	24.10.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
24	26.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
25	27.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
26	31.10.23	Комплекс		1	очная	очная	-
27	2.11.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
28	3.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
29	7.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
30	9.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
31	10.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
32	14.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-

33	16.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
34	17.11.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
35	21.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
36	23.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
37	24.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
38	28.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
39	30.11.23	Комплекс		1	очная	очная	-
40	1.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
41	5.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
42	7.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
43	8.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
44	12.12.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
45	14.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
46	15.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
47	19.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
48	21.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
49	22.12.23	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
50	26.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
51	28.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
52	29.12.23	Комплекс		1	очная	очная	-
53	9.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
54	11.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
55	12.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
56	16.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
57	18.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
58	19.01.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
59	23.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
60	25.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
61	26.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
62	30.01.24	Комплекс		1	очная	очная	-
63	1.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
64	2.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
65	6.02.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
66	8.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
67	9.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
68	13.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-

69	15.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
70	16.02.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
71	20.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
72	22.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
73	27.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
74	29.02.24	Комплекс		1	очная	очная	-
75	1.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
76	5.03.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
77	7.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
78	12.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
79	14.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
80	15.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
81	19.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
82	21.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
83	22.03.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
84	26.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
85	28.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
86	29.03.24	Комплекс		1	очная	очная	-
87	2.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
88	4.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
89	5.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
90	9.04.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
91	11.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
92	12.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
93	16.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
94	18.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
95	19.04.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
96	23.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
97	25.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
98	26.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
99	30.04.24	Комплекс		1	очная	очная	-
100	2.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
101	3.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
102	7.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
103	10.05.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
104	14.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-

105	16.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
106	17.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
107	21.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
108	23.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
109	24.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
110	28.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
111	30.05.24	Комплекс		1	очная	очная	-
112	31.05.24	Комплекс	0.5	0.5	очная	очная	-
		ИТОГО	112				

<u>3 группа.</u> Уровень базовый, Год обучения _2_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	1.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
2	4.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
3	6.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
4	8.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
5	11.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
6	13.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
7	15.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
8	18.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
9	20.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
10	22.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
11	25.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
12	27.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
13	29.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
14	2.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
15	4.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
16	6.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
17	9.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
18	11.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
19	13.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-

20	16.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
21	18.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
22	20.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
23	23.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
24	25.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
25	27.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
26	30.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
27	1.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
28	3.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
29	6.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
30	8.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
31	10.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
32	13.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
33	15.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
34	17.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
35	20.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
36	22.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
37	24.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
38	27.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
39	29.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
40	1.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
41	4.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
42	6.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
43	8.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
44	11.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
45	13.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
46	15.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
47	18.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
48	20.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
49	22.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
50	25.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
51	27.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
52	29.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
53	10.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
54	12.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
55	15.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-

56	17.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
57	19.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
58	22.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
59	24.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
60	26.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
61	29.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
62	31.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
63	2.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
64	5.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
65	7.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
66	9.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
67	12.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
68	14.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
69	16.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
70	19.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
71	21.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
72	26.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
73	28.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
74	1.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
75	4.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
76	6.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
77	11.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
78	13.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
79	15.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
80	18.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
81	20.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
82	22.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
83	25.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
84	27.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
85	29.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
86	1.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
87	3.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
88	5.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
89	8.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
90	10.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
91	12.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-

92	15.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
93	17.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
94	19.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
95	22.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
96	24.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
97	26.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
98	29.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
99	3.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
100	6.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
101	8.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
102	10.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
103	13.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
104	15.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
105	17.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
106	20.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
107	22.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
108	24.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
109	27.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
110	29.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
111	31.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
		ИТОГО	222				

<u>4 группа.</u> Уровень базовый, Год обучения _3_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	6.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
2	13.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
3	20.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
4	22.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
5	27.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
6	4.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
7	11.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-

8	18.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
9	25.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
10	1.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
11	8.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
12	15.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
13	22.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
14	29.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
15	6.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
16	13.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
17	20.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
18	27.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
19	10.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
20	17.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
21	24.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
22	31.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
23	7.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
24	14.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
25	21.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
26	28.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
27	7.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
28	14.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
29	21.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
30	28.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
31	4.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
32	11.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
33	18.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
34	25.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
35	2.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
36	16.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
37	23.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
38	30.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
ИТОГО			76				

<u>4+ группа.</u> Уровень базовый, Год обучения _3_ программа

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	2.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
2	7.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
3	9.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
4	14.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
5	16.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
6	21.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
7	23.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
8	28.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
9	30.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
10	5.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
11	7.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
12	12.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
13	14.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
14	19.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
15	21.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
16	26.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
17	28.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
18	2.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
19	9.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
20	11.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
21	16.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
22	18.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
23	23.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
24	25.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
25	30.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
26	2.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
27	7.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
28	9.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
29	14.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
30	16.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
31	21.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
32	23.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-

33	28.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
34	30.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
35	11.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
36	13.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
37	18.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
38	20.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
39	25.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
40	27.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
41	1.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
42	3.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
43	8.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
44	10.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
45	15.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
46	17.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
47	22.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
48	24.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
49	29.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
50	2.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
51	7.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
52	9.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
53	14.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
54	16.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
55	21.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
56	23.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
57	28.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
58	30.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
59	4.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
60	6.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
61	11.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
62	13.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
63	18.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
64	20.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
65	25.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
66	27.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
67	2.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
68	4.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-

69	11.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
70	16.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
71	18.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
72	23.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
73	25.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
74	30.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
		ИТОГО	148				

<u>5 группа.</u> Уровень базовый, Год обучения _4_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	2.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
2	9.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
3	16.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
4	23.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
5	30.09.23	Комплекс		2	очная	очная	-
6	7.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
7	14.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
8	21.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
9	28.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
10	11.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
11	18.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
12	25.11.23	Комплекс		2	очная	очная	-
13	2.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
14	9.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
15	16.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
16	23.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
17	30.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
18	13.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
19	20.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
20	27.01.24	Комплекс		2	очная	очная	-
21	3.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
22	10.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-

23	17.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
24	24.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
25	2.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
26	9.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
27	16.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
28	23.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
29	30.03.24	Комплекс		2	очная	очная	-
30	6.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
31	13.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
32	20.04.24	Комплекс		2	очная	очная	-
33	27.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
34	4.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
35	11.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
36	18.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
37	25.05.24	Комплекс		2	очная	очная	-
		ИТОГО	74				

<u>5+ группа.</u> Уровень базовый. Год обучения _4_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	5.09.23	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
2	7.09.23	Комплекс №2		2	очная	очная	-
3	12.09.23	Комплекс №3		2	очная	очная	-
4	14.09.23	Комплекс №4		2	очная	очная	-
5	19.09.23	Комплекс №5		2	очная	очная	-
6	21.09.23	Комплекс №6		2	очная	очная	-
7	26.09.23	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
8	28.09.23	Комплекс №4		2	очная	очная	-
9	3.10.23	Комплекс №5		2	очная	очная	-
10	5.10.23	Комплекс №7		2	очная	очная	-
11	10.10.23	Комплекс №8		2	очная	очная	-

12	12.10.23	Комплекс №9		2	очная	очная	-
13	17.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
14	19.10.23	Комплекс №1		2	очная	очная	-
15	24.10.23	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
16	26.10.23	Комплекс №6		2	очная	очная	-
17	31.10.23	Комплекс №7		2	очная	очная	-
18	2.11.23	Комплекс №8		2	очная	очная	-
19	7.11.23	Комплекс №9	1	1	очная	очная	-
20	9.11.23	Комплекс №1		2	очная	очная	-
21	14.11.23	Комплекс №2		2	очная	очная	-
22	16.11.23	Комплекс №5		2	очная	очная	-
23	21.11.23	Комплекс №4	1	1	очная	очная	-
24	23.11.23	Комплекс №6		2	очная	очная	-
25	28.11.23	Комплекс №8		2	очная	очная	-
26	30.11.23	Комплекс №1		2	очная	очная	-
27	5.12.23	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
28	7.12.23	Комплекс №3		2	очная	очная	-
29	12.12.23	Комплекс №4		2	очная	очная	-
30	14.12.23	Комплекс №9		2	очная	очная	-
31	19.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
32	21.12.23	Комплекс №9		2	очная	очная	-
33	26.12.23	Комплекс №7		2	очная	очная	-
34	28.12.23	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
35	9.01.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
36	11.01.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
37	16.01.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
38	18.01.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
39	23.01.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
40	25.01.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
41	30.01.24	Комплекс №9		2	очная	очная	-
42	1.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
43	6.02.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
44	8.02.24	Комплекс №6	1	1	очная	очная	-
45	13.02.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
46	15.02.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
47	20.02.24	Комплекс №2		2	очная	очная	-

48	22.02.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
49	27.02.24	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
50	29.02.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
51	5.03.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
52	7.03.24	Комплекс №9		2	очная	очная	-
53	12.03.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
54	14.03.24	Комплекс №6		2	очная	очная	-
55	19.03.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
56	21.03.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
57	26.03.24	Комплекс №2		2	очная	очная	-
58	28.03.24	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
59	2.04.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
60	4.04.24	Комплекс №9		2	очная	очная	-
61	9.04.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
62	11.04.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
63	16.04.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
64	18.04.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
65	23.04.24	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
66	25.04.24	Комплекс №6		2	очная	очная	-
67	30.04.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
68	2.05.24	Комплекс №2		2	очная	очная	-
69	7.05.24	Комплекс №1		2	очная	очная	-
70	14.05.24	Комплекс №9		2	очная	очная	-
71	16.05.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
72	21.05.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
73	23.05.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
74	28.05.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
75	30.05.24	Комплекс №9		2	очная	очная	-
ИТОГО			150				

<u>6 группа.</u> Уровень базовый. Год обучения _1_ программа «ОФП (базовая)»

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			

Сентябрь							
1	2.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
2	5.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
3	7.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
4	9.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
5	12.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
6	14.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
7	16.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
8	19.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
9	21.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
10	23.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
11	26.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
12	28.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
13	30.09.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
14	3.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
15	5.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
16	7.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
17	10.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
18	12.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
19	14.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
20	17.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
21	19.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
22	21.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
23	24.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
24	26.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
25	28.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
26	31.10.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
27	2.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
28	7.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
29	9.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
30	11.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
31	14.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
32	16.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
33	18.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
34	21.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
35	23.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-

36	25.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
37	28.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
38	30.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
39	2.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
40	5.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
41	7.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
42	9.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
43	12.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
44	14.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
45	16.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
46	19.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
47	21.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
48	23.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
49	26.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
50	28.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
51	30.12.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
52	11.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
53	13.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
54	16.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
55	18.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
56	20.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
57	23.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
58	25.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
59	27.01.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
60	1.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
61	3.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
64	6.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
65	8.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
66	10.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
67	13.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
68	15.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
69	17.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
70	20.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
71	22.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
72	24.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
73	27.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-

74	29.02.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
75	2.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
76	5.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
77	7.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
78	9.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
79	12.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
80	14.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
81	16.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
82	19.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
83	21.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
84	23.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
85	26.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
86	28.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
87	30.03.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
88	2.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
89	4.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
90	6.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
91	11.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
92	13.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
93	16.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
94	18.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
95	20.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
96	23.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
97	25.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
98	27.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
99	30.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
100	2.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
101	4.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
102	7.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
103	11.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
104	14.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
105	16.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
106	18.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
107	21.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
108	23.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
109	25.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-

110	28.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
111	30.05.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
		ИТОГО	222				

<u>7 группа.</u> Уровень базовый. Год обучения _2_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	4.09.23	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
2	11.09.23	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
3	18.09.23	Комплекс №3	1	1	очная	очная	-
4	25.09.23	Комплекс №4	1	1	очная	очная	-
5	2.10.23	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
6	9.10.23	Комплекс №6	1	1	очная	очная	-
7	16.10.23	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
8	23.10.23	Комплекс №4	1	1	очная	очная	-
9	30.10.23	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
10	6.11.23	Комплекс №7	1	1	очная	очная	-
11	13.11.23	Комплекс №8	1	1	очная	очная	-
12	20.11.23	Комплекс №9	1	1	очная	очная	-
13	27.11.23	Комплекс	1	1	очная	очная	-
14	4.12.23	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
15	11.12.23	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
16	18.12.23	Комплекс №6	1	1	очная	очная	-
17	25.12.23	Комплекс №7	1	1	очная	очная	-
18	15.01.24	Комплекс №8	1	1	очная	очная	-
19	22.01.24	Комплекс №9	1	1	очная	очная	-
20	29.01.24	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
21	5.02.24	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
22	12.02.24	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
23	19.02.24	Комплекс №4	1	1	очная	очная	-
24	26.02.24	Комплекс №6	1	1	очная	очная	-

25	4.03.24	Комплекс №8	1	1	очная	очная	-
26	11.03.24	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
27	18.03.24	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
28	25.03.24	Комплекс №3	1	1	очная	очная	-
29	1.04.24	Комплекс №4	1	1	очная	очная	-
30	8.04.24	Комплекс №9	1	1	очная	очная	-
31	15.04.24	Комплекс №8	1	1	очная	очная	-
32	22.04.24	Комплекс	1	1	очная	очная	-
33	29.04.24	Комплекс №9	1	1	очная	очная	-
34	6.05.24	Комплекс №7	1	1	очная	очная	-
35	13.05.24	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
36	20.05.24	Комплекс №8	1	1	очная	очная	-
37	27.05.24	Комплекс №3	1	1	очная	очная	-
		ИТОГО	**74**				

<u>7+ группа.</u> Уровень базовый. Год обучения _2_

№	Дата проведения занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма занятия	Форма контроля	Примечания
			Теория	Практика			
Сентябрь							
1	1.09.23	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
2	6.09.23	Комплекс №2		2	очная	очная	-
3	8.09.23	Комплекс №3		2	очная	очная	-
4	13.09.23	Комплекс №4		2	очная	очная	-
5	15.09.23	Комплекс №5		2	очная	очная	-
6	20.09.23	Комплекс №6		2	очная	очная	-
7	22.09.23	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
8	27.09.23	Комплекс №4		2	очная	очная	-
9	29.09.23	Комплекс №5		2	очная	очная	-
10	4.10.23	Комплекс №7		2	очная	очная	-
11	6.10.23	Комплекс №8		2	очная	очная	-
12	11.10.23	Комплекс №9		2	очная	очная	-
13	13.10.23	Комплекс		2	очная	очная	-
14	18.10.23	Комплекс №1		2	очная	очная	-

15	20.10.23	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
16	25.10.23	Комплекс №6		2	очная	очная	-
17	27.10.23	Комплекс №7		2	очная	очная	-
18	1.11.23	Комплекс №8		2	очная	очная	-
19	3.11.23	Комплекс №9	1	1	очная	очная	-
20	8.11.23	Комплекс №1		2	очная	очная	-
21	10.11.23	Комплекс №2		2	очная	очная	-
22	15.11.23	Комплекс №5		2	очная	очная	-
23	17.11.23	Комплекс №4	1	1	очная	очная	-
24	22.11.23	Комплекс №6		2	очная	очная	-
25	24.11.23	Комплекс №8		2	очная	очная	-
26	29.11.23	Комплекс №1		2	очная	очная	-
27	1.12.23	Комплекс №2	1	1	очная	очная	-
28	6.12.23	Комплекс №3		2	очная	очная	-
29	8.12.23	Комплекс №4		2	очная	очная	-
30	13.12.23	Комплекс №9		2	очная	очная	-
31	15.12.23	Комплекс №8		2	очная	очная	-
32	20.12.23	Комплекс		2	очная	очная	-
33	22.12.23	Комплекс №9		2	очная	очная	-
34	27.12.23	Комплекс №7	1	1	очная	очная	-
35	29.12.23	Комплекс №5		2	очная	очная	-
36	10.01.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
37	12.01.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
38	17.01.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
39	19.01.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
40	24.01.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
41	26.01.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
42	31.01.24	Комплекс №9		2	очная	очная	-
43	2.02.24	Комплекс		2	очная	очная	-
44	7.02.24	Комплекс №4	1	1	очная	очная	-
45	9.02.24	Комплекс №6		2	очная	очная	-
46	14.02.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
47	16.02.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
48	21.02.24	Комплекс №2		2	очная	очная	-
49	28.02.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
50	1.03.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-

51	6.03.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
53	13.03.24	Комплекс №6		2	очная	очная	-
54	15.03.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
55	20.03.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
56	22.03.24	Комплекс №2		2	очная	очная	-
57	27.03.24	Комплекс №1	1	1	очная	очная	-
58	29.03.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
59	3.04.24	Комплекс №9		2	очная	очная	-
60	5.04.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
61	10.04.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
62	12.04.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
63	17.04.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
64	19.04.24	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
65	24.04.24	Комплекс №6		2	очная	очная	-
66	26.04.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
67	3.05.24	Комплекс №1		2	очная	очная	-
68	8.05.24	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
69	10.05.24	Комплекс №7		2	очная	очная	-
70	15.05.24	Комплекс №5		2	очная	очная	-
71	17.05.24	Комплекс №3		2	очная	очная	-
72	22.05.24	Комплекс №4		2	очная	очная	-
73	24.05.24	Комплекс №6		2	очная	очная	-
74	29.05.24	Комплекс №8		2	очная	очная	-
75	31.05.24	Комплекс №5	1	1	очная	очная	-
	Итого		150				

Комплекс упражнений

Комплекс №1

№	***Названия разделов,тем***
1	Физическая культура и спорт в РФ.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.

6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Упражнения с теннисным мячом.
10	Упражнения с набивным мячом (1 кг).
11	Кувырок вперёд.
12	Кувырок назад.
13	Гимнастический мост.
14	Связка: кувырок вперёд, назад.
15	Полёт кувырок.
16	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
17	Упражнения на борцовском мосту.
18	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
19	Управления переживаниями: гневом, неуверенностью, страхом.

Комплекс №2

№	***Названия разделов, тем***
1	Олимпийское движение.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Упражнения с теннисным мячом.
10	Подвижные игры и эстафеты.
11	Кувырок вперёд.
12	Кувырок назад.
13	Гимнастический мост.
14	Связка: кувырок вперёд, назад.
15	Полёт кувырок.
16	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
17	Упражнения на борцовском мосту.
18	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
19	Формирование межличностных отношений, психомоторных качеств.
20	Контрольные испытания по ОФП в начале учебного года.

Комплекс №3

№	*Названия разделов, тем*
1	Спортивная борьба СССР и России.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Упражнения с теннисным мячом.
10	Подвижные игры и эстафеты.
11	Кувырок вперёд.
12	Кувырок назад.
13	Гимнастический мост.
14	Связка: кувырок вперёд, назад.
15	Полёт кувырок.
16	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
17	Упражнения на борцовском мосту.
18	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
19	Преодоление трудностей во время изучения упражнений.

Комплекс №4

№	*Названия разделов, тем*
1	Техника безопасности и профилактики травматизма на занятиях борьбой.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Упражнения с теннисным мячом.
10	Подвижные игры и эстафеты.
11	Кувырок вперёд.

12	Кувырок назад.
13	Гимнастический мост.
14	Связка: кувырок вперёд, назад.
15	Полёт кувырок.
16	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
17	Упражнения на борцовском мосту.
18	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
19	Требования регулярно посещать занятия. Четкое выполнение требований

Комплекс №5

№	***Названия разделов, тем***
1	Правила дорожного движения и поведение на улице.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Упражнения с теннисным мячом.
10	Подвижные игры и эстафеты.
11	Кувырок вперёд.
12	Кувырок назад.
13	Гимнастический мост.
14	Связка: кувырок вперёд, назад.
15	Полёт кувырок.
16	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
17	Упражнения на борцовском мосту.
18	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.

Комплекс №6

№	***Названия разделов, тем***
1	Оборудование и инвентарь для занятий борьбой.
2	Ходьба, бег.

3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Упражнения с теннисным мячом.
10	Подвижные игры и эстафеты.
11	Кувырок вперёд.
12	Кувырок назад.
13	Гимнастический мост.
14	Связка: кувырок вперёд, назад.
15	Полёт кувырок.
16	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
17	Упражнения на борцовском мосту.
18	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
19	Перевод рывком.
20	Переводы нырком.

Комплекс №7

№	***Названия разделов, тем***
1	Ходьба, бег.
2	Прыжки.
3	Упражнения для рук и плечевого пояса.
4	Упражнения для туловища.
5	Упражнения для ног.
6	Упражнения для формирования правильной осанки.
7	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
8	Упражнения с теннисным мячом.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Гимнастический мост.
13	Связка: кувырок вперёд, назад.
14	Полёт кувырок.

15	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
16	Упражнения на борцовском мосту.
17	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
18	Перевороты скручиванием.
19	Перевороты забеганием.

Комплекс №8

№	***Названия разделов, тем***
1	Ходьба, бег.
2	Прыжки.
3	Упражнения для рук и плечевого пояса.
4	Упражнения для туловища.
5	Упражнения для ног.
6	Упражнения с набивным мячом (1 кг).
7	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
8	Упражнения с теннисным мячом.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Гимнастический мост.
13	Связка: кувырок вперёд, назад.
14	Полёт кувырок.
15	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
16	Упражнения на борцовском мосту.
17	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
18	Переворот накатом
19	Перевороты забеганием.
20	Выталкивание, сбивание, маневрирование выведение соперника из равновесия.

Комплекс №9

№	***Названия разделов, тем***
1	Ходьба, бег.
2	Прыжки.
3	Упражнения для рук и плечевого пояса.

4	Упражнения для туловища.
5	Упражнения для ног.
6	Упражнения с набивным мячом (1 кг).
7	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
8	Упражнения с теннисным мячом.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Гимнастический мост.
13	Связка: кувырок вперёд, назад.
14	Полёт кувырок.
15	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.
16	Упражнения на борцовском мосту.
17	Простейшие формы борьбы и специальные игровые комплексы.
18	Переворот накатом
19	Перевороты забеганием.
20	Умелое использование технических, физических и волевых возможностей с

Комплекс №10

№	***Названия разделов, тем***
1	Ходьба, бег.
2	Прыжки.
3	Упражнения для рук и плечевого пояса.
4	Упражнения для туловища.
5	Упражнения для ног.
6	Упражнения с набивным мячом (1 кг).
7	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
8	Упражнения с теннисным мячом.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Гимнастический мост.
13	Связка: кувырок вперёд, назад.
14	Полёт кувырок.
15	Упражнения в страховке и самостраховке партнеров.

16	Упражнения на борцовском мосту.
17	Контрольные испытания по ОФП в конце учебного года.
18	Переворот накатом
19	Перевороты забеганием.
20	Умение применять изученную технику в условиях тренировочных схваток.

Комплекс упражнений:

Комплекс №1

№	***Названия разделов, тем***
1	Физическая культура и спорт в РФ.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Связка: кувырок вперёд, назад.
13	Гимнастический мост
14	Стойка на лопатках.
15	Опорный прыжок через партнёра.
16	Контрольные испытания по ОФП в начале учебного года.

Комплекс №2

№	***Названия разделов, тем***
1	Олимпийское движение.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.

7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Связка: кувырок вперёд, назад.
13	Гимнастический мост
14	Стойка на лопатках.
15	Опорный прыжок через партнёра.

Комплекс №3

№	***Названия разделов, тем***
1	Спортивная борьба СССР и России
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Связка: кувырок вперёд, назад.
13	Гимнастический мост
14	Стойка на лопатках.
15	Опорный прыжок через партнёра.

Комплекс №4

№	***Названия разделов, тем***
1	Техника безопасности и профилактики травматизма на занятиях борьбой.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.

5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Связка: кувырок вперёд, назад.
13	Гимнастический мост
14	Стойка на лопатках.
15	Опорный прыжок через партнёра.

Комплекс №5

№	***Названия разделов, тем***
1	Правила дорожного движения и поведение на улице.
2	Ходьба, бег.
3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Связка: кувырок вперёд, назад.
13	Гимнастический мост
14	Стойка на лопатках.
15	Опорный прыжок через партнёра.

Комплекс №6

№	***Названия разделов, тем***
1	Оборудование и инвентарь для занятий борьбой.
2	Ходьба, бег.

3	Прыжки.
4	Упражнения для рук и плечевого пояса.
5	Упражнения для туловища.
6	Упражнения для ног.
7	Упражнения для формирования правильной осанки.
8	Упражнения на расслабление и восстановление дыхания.
9	Подвижные игры и эстафеты.
10	Кувырок вперёд.
11	Кувырок назад.
12	Связка: кувырок вперёд, назад.
13	Гимнастический мост
14	Стойка на лопатках.
15	Опорный прыжок через партнёра.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00F458DBEC38DC87C49A77ED6938481122
Владелец: Фокшей Людмила Николаевна
Действителен: с 02.03.2023 до 25.05.2024