

Календарный учебный график на учебный год
Группа № 3 Год обучения 3,4

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	1	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Вводное занятие. Инструктаж «Меры безопасности при работе с отягощениями и на тренажерах». Аэробный комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
2.	Сентябрь	3	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
3.	Сентябрь	5	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие, лекторий	2	"Факторы риска. Атлетическая гимнастика на страже ЗОЖ". Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
4.	Сентябрь	8	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие, лекторий	2	Первая медицинская помощь при травмах. Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
5.	Сентябрь	10	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
6.	Сентябрь	12	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
7.	Сентябрь	15	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие, спортивные соревнован ия	2	“Самый сильный”- спортивные соревнования по жиму штанги лежа Аэробный комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
8.	Сентябрь	17	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
9.	Сентябрь	19	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	«Типы мужской и женской фигур. Особенности тренировки для атлетов с различными типами фигур». Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
10.	Сентябрь	22	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	«Советы чемпионов начинающим атлетам». Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
11.	Сентябрь	24	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
12.	Сентябрь	26	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	«Питание начинающего атлета. Режим употребления воды, углеводов и белков». Аэробный комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
13.	Сентябрь	29	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
14.	Октябрь	1	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	«Способы борьбы с простудными заболеваниями». Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
15.	Октябрь	3	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	«Что даст вам железный спорт? Как встать на этот путь». Аэробный и силовой комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
16.	Октябрь	6	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
17.	Октябрь	8	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
18.	Октябрь	10	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие, родительско е собрание	2	«Азбука профессионального бодибилдинга. Концепция цикличной программы». Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
19.	Октябрь	13	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
20.	Октябрь	15	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
21.	Октябрь	17	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
22.	Октябрь	20	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
23.	Октябрь	22	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
24.	Октябрь	24	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
25.	Октябрь	27	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие, спортивные соревнован ия	2	«Питание начинающего атлета. Режим употребления воды». Аэробный и силовой комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
26.	Октябрь	29	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
27.	Октябрь	31	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
28.	Ноябрь	3	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
29.	Ноябрь	5	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
30.	Ноябрь	7	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
31.	Ноябрь	10	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
32.	Ноябрь	12	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие, спортивные соревнован ия	2	Соревнования по жиму штанги лежа, посвященные 85- летию ДТДиМ. Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
33.	Ноябрь	14	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
34.	Ноябрь	17	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
35.	Ноябрь	19	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
36.	Ноябрь	21	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
37.	Ноябрь	24	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
38.	Ноябрь	26	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
39.	Ноябрь	28	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
40.	Декабрь	1	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
41.	Декабрь	3	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
42.	Декабрь	5	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
43.	Декабрь	8	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
44.	Декабрь	10	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
45.	Декабрь	12	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
46.	Декабрь	15	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
47.	Декабрь	17	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
48.	Декабрь	19	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
49.	Декабрь	22	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
50.	Декабрь	24	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	"Самый сильный фасад" - спортивные соревнования по жиму штанги лежа, посвященные 85-летию ДТДиМ. Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
51.	Декабрь	26	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
52.	Декабрь	29	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
53.	Декабрь	31	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
54.	Январь	14	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
55.	Январь	16	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	"А ну-ка, парни!" - толчки Т-грифа на скорость, спортивные соревнования посвященные 85-летию ДТДиМ. Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
56.	Январь	19	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
57.	Январь	21	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
58.	Январь	23	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
59.	Январь	26	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
60.	Январь	28	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
61.	Январь	30	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	«Анаболические стероиды и их отрицательное влияние на организм». Аэробный и силовой комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
62.	Февраль	2	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
63.	Февраль	4	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	"Докажи, что ты мужчина"- подтягивание в висе на перекладине - спортивные соревнования, посвященные 85-летию ДТДиМ. Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
64.	Февраль	6	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
65.	Февраль	9	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
66.	Февраль	11	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Соревнования по приседу со штангой. Аэробный и силовой комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
67.	Февраль	13	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
68.	Февраль	16	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	«Отжимание в упоре от пола» - соревнования, посвящённый Дню защитника Отечества. Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
69.	Февраль	18	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
70.	Февраль	20	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
71.	Февраль	25	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
72.	Февраль	27	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
73.	Март	2	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
74.	Март	4	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
75.	Март	6	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
76.	Март	11	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
77.	Март	13	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
78.	Март	16	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Спортивные соревнования по становой тяге без экипировки. Аэробный комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
79.	Март	18	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
80.	Март	20	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
81.	Март	23	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
82.	Март	25	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
83.	Март	27	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
84.	Март	30	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
85.	Апрель	1	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
86.	Апрель	3	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
87.	Апрель	6	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	"Первый космонавт Ю.А.Гагарин - воспитанник прославленного летного училища имени И.С.Полбина" – лекторий. Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
88.	Апрель	8	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
89.	Апрель	10	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
90.	Апрель	13	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
91.	Апрель	15	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
92.	Апрель	17	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	“Сделай свои ноги неотразимыми” -	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
93.	Апрель	20	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
94.	Апрель	22	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
95.	Апрель	24	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
96.	Апрель	27	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
97.	Апрель	29	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
98.	Май	4	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
99.	Май	6	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Вклад Оренбургской области в Победу в ВОВ" – лекторий. Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
00. 1	Май	8	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-в о часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведени я	Форма контроля
01.	Май	11	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
02.	Май	13	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
03.	Май	15	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
04.	Май	18	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тре нировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 3	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязев а, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

№ п/п	Месяц	Число	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Воспитывающие задачи занятия	Место проведения	Форма контроля
05.	Май	20	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой комплекс № 4	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
06.	Май	22	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный и силовой жиросжигающий комплекс № 5	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
07.	Май	25	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 1	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса
08.	Май	27	18.10-18.55 19.05-19.50	Учебно-тренировочное занятие	2	Аэробный жиросжигающий комплекс № 2	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни.	СОК «Пламя» ул.Тимирязева, 2, т/з	Визуальный контроль выполнения комплекса

