Муниципальное учреждение «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦ НАДТЕРЕЧНОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»
МБУ ДО «Надтеречный ДДЮТиЭ»

ПРИНЯТО
на заседании педсовета
Протокол № 1
от "25" 08 2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора№ 5
от «26_» 08 2026 г.
Директор Кадиева Т.С
_____

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Олимп»

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень освоения: углублённый
Возраст обучающихся: 13–18 лет
Срок реализации: 2026–2027 учебный год
Объём программы: 144 академических часа
Форма реализации: очная

Автор
Ахмедов Докка Бекович
педагог дополнительного образования

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D485B8190634ABE9EA2C314F0398EE46
Владелец: Кадиева Тоита Сайдиевна
Действителен: с 09.10.2025 до 02.01.2027

с.п. Знаменское, 2026

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБУ ДО «Надтеречный ДДЮТ и Э». Экспертное заключение от «26» 08 2026г.
Эксперт: Сулейманова Яхита Янудовна

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Нормативно-правовые основы разработки программы -4
1.2. Направленность программы -4
1.3. Уровень освоения программы -4
1.4. Актуальность программы -4 -5
1.5. Отличительные особенности программы -5
1.6. Категория обучающихся -5
1.7. Цель и задачи программы -5
1.8. Сроки реализации и объём программы -6
1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий - 6
1.10. Планируемые результаты и способы их проверки -6
Раздел 2. Содержание программы
2.1. Учебный (тематический) план -7-8
2.2. Содержание учебного плана - 8-9
Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы -9-10
Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы
4.1. Материально-техническое обеспечение -10
4.2. Кадровое обеспечение -10
4.3. Учебно-методическое обеспечение -10
Список литературы -11

Приложение 1. Календарный учебный график

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Локальные нормативные акты МБУ ДО «Надтеречный ДДЮТиЭ», регламентирующие реализацию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

1.2. Направленность программы — физкультурно-спортивная. Содержание программы соответствует заявленной направленности и ориентировано на углублённую подготовку мотивированных и одарённых обучающихся Центра «Олимп».

1.3.Уровень освоения — углублённый (продвинутый). Программа предполагает систематическую работу с заданиями повышенной сложности, практическими и исследовательскими задачами, а также индивидуализацию подготовки с учётом исходного уровня обучающихся.

1.4. Актуальность программы «Олимп» определяется необходимостью создания условий для развития способностей обучающихся, проявляющих устойчивый интерес к предмету, и для их системной углублённой подготовки. Программа сочетает теоретическое обучение, практику, самостоятельную работу, олимпиадные задания, проектную и исследовательскую деятельность, что соответствует задачам современного дополнительного образования.

- ориентация на мотивированных и одарённых обучающихся.
- сочетание теоретического блока с практико-ориентированными и олимпиадными заданиями.
- регулярная входная, текущая, промежуточная и итоговая диагностика.

- использование проблемного, проектного, исследовательского и деятельностного подходов.
- индивидуальная коррекция затруднений и подготовка итоговой работы/проекта.

1.5.Отличительная особенность программы

Программа предназначена для обучающихся 13–18 лет, проявляющих устойчивый интерес к предмету и готовых к освоению содержания повышенной сложности. Допускается обучение в разновозрастных группах с учётом индивидуального уровня подготовки. Набор осуществляется в соответствии с локальными актами образовательной организации; стартовая готовность уточняется входной диагностикой.

1.7. Категория учащихся.

Программа рассчитана на детей 13-18 лет. Зачисление осуществляется по заявлению его родителя (законных представителей) представлении справки о состоянии здоровья ребенка.

1.6. Цель программы: за 2026–2027 учебный год повысить уровень физической подготовленности обучающихся, сформировать устойчивые навыки самостоятельной безопасной двигательной деятельности и готовность к спортивным испытаниям и соревнованиям.

Образовательные задачи:

- углубить знания о физической культуре, тренировочном процессе, самоконтроле и правилах безопасности.
- совершенствовать технику основных легкоатлетических, гимнастических и игровых упражнений.
- сформировать умение планировать разминку, нагрузку, восстановление и контролировать индивидуальный прогресс.

Развивающие задачи:

- развивать выносливость, силу, быстроту, гибкость, координацию и скоростно-силовые качества.
- развивать тактическое мышление, командное взаимодействие и волевые качества.

Воспитательные задачи:

- воспитывать дисциплину, честную спортивную конкуренцию, ответственность за здоровье и безопасность.
- формировать устойчивую мотивацию к регулярной физической активности и здоровому образу жизни.

1.8.Срок реализации — один учебный год (2026–2027). Общий объём — 144 академических часа. Программа рассчитана на 36 учебных недель: 4 академических часа в неделю.

1.9. Формы организации: групповые и индивидуально-групповые занятия; при необходимости — индивидуальные консультации. Основные виды занятий:

теоретическое занятие, семинар, практикум, тренинг, олимпиадный практикум, проектная/исследовательская работа, контрольное занятие.

Режим занятий: два раза в неделю — по понедельникам и пятницам, по 2 академических часа. Начало — 14:30. Продолжительность одного академического часа — 45 минут; между академическими часами предусматривается 10-минутный перерыв. Базовое время окончания — 16:10; при проведении организационного, проектного или контрольного блока занятие может завершаться не позднее 16:30 в соответствии с утверждённым расписанием и санитарными требованиями.

1.10. Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- устойчивая мотивация к углублённому изучению предмета и саморазвитию.
- ответственность, самостоятельность и культура учебного труда.
- готовность к сотрудничеству, самооценке и соблюдению этических норм деятельности.

Метапредметные результаты:

- умение ставить учебную или исследовательскую задачу и планировать способы её решения.
- умение анализировать, сравнивать, классифицировать и интерпретировать информацию.
- умение представлять результаты в устной, письменной, проектной или практической форме.

Предметные результаты:

- углублённое владение ключевыми понятиями, закономерностями и методами предмета.
- умение применять знания и способы деятельности в нестандартных, практических и олимпиадных заданиях.
- готовность выполнять самостоятельные, практические, исследовательские и проектные работы.

Способы проверки результатов: входная диагностика, текущие практические задания, тематические контрольные мероприятия, промежуточные работы, наблюдение, самооценка, итоговая комплексная работа и/или защита проекта.

Раздел 2. Содержание программы.

2.1.Учебный (тематический) план.

№	Название раздела	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Введение, безопасность и входная диагностика	8	4	4	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
2	Общая физическая подготовка	12	5	7	Беседа / опрос / практика / тем.работа
3	Лёгкая атлетика: беговая подготовка	16	7	9	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
4	Лёгкая атлетика: прыжки и метания	16	7	9	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
5	Гимнастика и акробатическая подготовка	16	7	9	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
6	Спортивные игры: волейбол	16	7	9	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
7	Спортивные игры: баскетбол	16	7	9	Беседа / опрос / практика / тем.работа
8	Футбол и игровые взаимодействия	14	6	8	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
9	Развитие физических качеств и функциональная подготовка	14	6	8	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
10	Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни	10	4	6	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
11	Контрольные испытания, соревнования и итоговая аттестация	6	3	3	Беседа / опрос / практика / тематическая работа
	ИТОГО	**144**	**63**	**81**	**Итоговая аттестация**

2.2. Содержание программы.

1. Введение, безопасность и входная диагностика — 8 ч. Теория — 4 ч., практика — 4 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Введение, безопасность и входная диагностика». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

2. Общая физическая подготовка — 12 ч. Теория — 5 ч., практика — 7 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Общая физическая подготовка». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

3. Лёгкая атлетика: беговая подготовка — 16 ч. Теория — 7 ч., практика — 9 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Лёгкая атлетика: беговая подготовка». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

4. Лёгкая атлетика: прыжки и метания — 16 ч. Теория — 7 ч., практика — 9 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Лёгкая атлетика: прыжки и метания». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

5. Гимнастика и акробатическая подготовка — 16 ч. Теория — 7 ч., практика — 9 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Гимнастика и акробатическая подготовка». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

6. Спортивные игры: волейбол — 16 ч. Теория — 7 ч., практика — 9 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Спортивные игры: волейбол». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

7. Спортивные игры: баскетбол — 16 ч. Теория — 7 ч., практика — 9 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Спортивные игры: баскетбол». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

8. Футбол и игровые взаимодействия — 14 ч. Теория — 6 ч., практика — 8 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы

деятельности по разделу «Футбол и игровые взаимодействия». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

9. Развитие физических качеств и функциональная подготовка — 14 ч. Теория — 6 ч., практика — 8 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Развитие физических качеств и функциональная подготовка». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

10. Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни — 10 ч. Теория — 4 ч., практика — 6 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

11. Контрольные испытания, соревнования и итоговая аттестация — 6 ч. Теория — 3 ч., практика — 3 ч. Теория: ключевые понятия, факты, закономерности, правила и способы деятельности по разделу «Контрольные испытания, соревнования и итоговая аттестация». Практика: задания повышенной сложности, анализ ситуаций и источников, тренировочные упражнения, самостоятельная, проектная или исследовательская работа по содержанию раздела.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

- Входной контроль: анкетирование/собеседование, диагностическая работа или контрольные упражнения в начале обучения.
- Текущий контроль: наблюдение, устный опрос, тестирование, практические и самостоятельные задания, анализ выполненной работы.
- Промежуточный контроль: тематическая работа, практикум, зачёт, мини-проект или контрольное испытание по завершении крупного раздела.
- Итоговый контроль: комплексная итоговая работа, практическое испытание и/или защита индивидуального (группового) проекта.

Критерии оценивания определяются содержанием конкретного задания и включают полноту и правильность выполнения, владение терминологией и способами деятельности, самостоятельность, обоснованность решения, качество практического результата и соблюдение требований безопасности. Индивидуальные результаты сопоставляются прежде всего с предыдущими результатами самого обучающегося.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1.Материально-технические условия реализации программы.

№	Наименование	Назначение

№	Наименование	Назначение
1	спортивный зал и безопасная открытая спортивная площадка	Для теоретических, практических, проектных, исследовательских и контрольных занятий
2	гимнастические маты, скамейки, скакалки и набивные мячи	Для теоретических, практических, проектных, исследовательских и контрольных занятий
3	волейбольные, баскетбольные и футбольные мячи	Для теоретических, практических, проектных, исследовательских и контрольных занятий
4	стойки, сетки, конусы, разметочный инвентарь	Для теоретических, практических, проектных, исследовательских и контрольных занятий
5	секундомеры, измерительные средства и аптечка первой помощи	Для теоретических, практических, проектных, исследовательских и контрольных занятий

4.2. Кадровое обеспечение программы. Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий образование и/или профессиональную компетентность в области предмета «Физическая культура», опыт работы с обучающимися и владение современными образовательными технологиями. Требования к квалификации устанавливаются локальными актами образовательной организации и применимыми квалификационными требованиями.

4.3.Методическое обеспечение включает: тематические презентации и конспекты, рабочие листы и раздаточные материалы, задания повышенной сложности, практикумы и кейсы, диагностические материалы, критерии оценивания, индивидуальные задания, электронные образовательные ресурсы. Используются словесные, наглядные, практические, проблемные, исследовательские, проектные и игровые методы с учётом специфики предмета.

Список литературы.

Для педагога

1. Учебно-методические издания по физической культуре для основной и средней школы.

2. Методические пособия по развитию физических качеств и спортивным играм.

3. Материалы по технике безопасности и самоконтролю при физических нагрузках.

4. Сборники упражнений по общей и специальной физической подготовке.

Для детей и родителей:

1. Л.П. Матвеев. Теория и методика физической культуры.- М.: «Физкультура и спорт». «Спорт Академ Пресс», 2008.

2. А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. - М.: «Советский спорт», 2010.

3. В.М. Маслаков, Е. П. Врублевский, О.М. Мирзоев. Эстафетный бег: история, техника, обучение, тренировка. - М.: «Олимпия», 2009.

Примечание: перечень конкретных учебных и электронных ресурсов может актуализироваться педагогом в течение срока реализации программы с учётом содержания занятий и локальных требований организации.

Приложение №1

Календарный учебный график

Объём: 144 академических часа. 72 занятия × 2 академических часа. Дни занятий: понедельник и пятница. Базовое время: 14:30–16:10 (с 10-минутным перерывом между академическими часами); при организационной необходимости — завершение не позднее 16:30. Плановые даты могут корректироваться приказом образовательной организации с учётом праздничных дней, каникул, сроков олимпиад и фактического календаря.

№	Планируемая дата	Фактическая дата	Время	Форма занятия	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
1	04.09.2026 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Введение, безопасность и входная диагностика: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
2	07.09.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Введение, безопасность и входная диагностика: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Практическая работа
3	11.09.2026 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Введение, безопасность и входная диагностика: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
4	14.09.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Введение, безопасность и входная диагностика: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
5	18.09.2026 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Общая физическая подготовка: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
6	21.09.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Общая физическая подготовка: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Тематический контроль
7	25.09.2026 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Общая физическая подготовка: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
8	28.09.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Общая физическая подготовка: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Практическая работа
9	02.10.2026 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Общая физическая подготовка: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
10	05.10.2026		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Общая физическая	Центр «Олимп»	Самостоятельная

№	Планируемая дата	Фактическая дата	Время	Форма занятия	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
	(понедельник)					подготовка: олимпиадный/прикладной практикум		работа
11	09.10.2026 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
12	12.10.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Тематический контроль
13	16.10.2026 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
14	19.10.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Практическая работа
15	23.10.2026 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
16	26.10.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: олимпиадный/прикладной практикум	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
17	30.10.2026 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: самостоятельная работа и взаимопроверка	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
18	02.11.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Лёгкая атлетика: беговая подготовка: контроль и рефлексия	Центр «Олимп»	Тематический контроль
19	06.11.2026 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Лёгкая атлетика: прыжки и метания: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
20	09.11.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Лёгкая атлетика: прыжки и метания: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Практическая работа
21	13.11.2026 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Лёгкая атлетика: прыжки и метания: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
22	16.11.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Лёгкая атлетика: прыжки и метания: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
23	20.11.2026 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с	2	Лёгкая атлетика: прыжки	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс

№	Планируемая дата	Фактическая дата	Время	Форма занятия	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
				консультацией		и метания: анализ типичных ошибок		
24	23.11.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Лёгкая атлетика: прыжки и метания: олимпиадный/прикладной практикум	Центр «Олимп»	Тематический контроль
25	27.11.2026 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Лёгкая атлетика: прыжки и метания: самостоятельная работа и взаимопроверка	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
26	30.11.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Лёгкая атлетика: прыжки и метания: контроль и рефлексия	Центр «Олимп»	Практическая работа
27	04.12.2026 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
28	07.12.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
29	11.12.2026 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
30	14.12.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Тематический контроль
31	18.12.2026 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
32	21.12.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: олимпиадный/прикладной практикум	Центр «Олимп»	Практическая работа
33	25.12.2026 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: самостоятельная работа и взаимопроверка	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение

№	Планируемая дата	Фактическая дата	Время	Форма занятия	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
34	28.12.2026 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Гимнастика и акробатическая подготовка: контроль и рефлексия	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
35	11.01.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Спортивные игры: волейбол: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
36	15.01.2027 (пятница)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Спортивные игры: волейбол: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Тематический контроль
37	18.01.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Спортивные игры: волейбол: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
38	22.01.2027 (пятница)		14:30–16:10	Практикум	2	Спортивные игры: волейбол: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Практическая работа
39	25.01.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Спортивные игры: волейбол: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
40	29.01.2027 (пятница)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Спортивные игры: волейбол: олимпиадный/прикладной практикум	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
41	01.02.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Спортивные игры: волейбол: самостоятельная работа и взаимопроверка	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
42	05.02.2027 (пятница)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Спортивные игры: волейбол: контроль и рефлексия	Центр «Олимп»	Тематический контроль
43	08.02.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Спортивные игры: баскетбол: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
44	12.02.2027 (пятница)		14:30–16:10	Практикум	2	Спортивные игры: баскетбол: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Практическая работа
45	15.02.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Спортивные игры: баскетбол: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
46	19.02.2027 (пятница)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Спортивные игры: баскетбол: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа

№	Планируемая дата	Фактическая дата	Время	Форма занятия	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
47	22.02.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Спортивные игры: баскетбол: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
48	26.02.2027 (пятница)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Спортивные игры: баскетбол: олимпиадный/прикладной практикум	Центр «Олимп»	Тематический контроль
49	01.03.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Спортивные игры: баскетбол: самостоятельная работа и взаимопроверка	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
50	05.03.2027 (пятница)		14:30–16:10	Практикум	2	Спортивные игры: баскетбол: контроль и рефлексия	Центр «Олимп»	Практическая работа
51	12.03.2027 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Футбол и игровые взаимодействия: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
52	15.03.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Футбол и игровые взаимодействия: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
53	19.03.2027 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Футбол и игровые взаимодействия: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
54	22.03.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Футбол и игровые взаимодействия: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Тематический контроль
55	26.03.2027 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Футбол и игровые взаимодействия: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
56	29.03.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Футбол и игровые взаимодействия: олимпиадный/прикладной практикум	Центр «Олимп»	Практическая работа
57	02.04.2027 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Футбол и игровые взаимодействия: самостоятельная работа и взаимопроверка	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
58	05.04.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Развитие физических качеств и функциональная	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа

№	Планируемая дата	Фактическая дата	Время	Форма занятия	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
						подготовка: основные понятия и ориентиры		
59	09.04.2027 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Развитие физических качеств и функциональная подготовка: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
60	12.04.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Развитие физических качеств и функциональная подготовка: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Тематический контроль
61	16.04.2027 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Развитие физических качеств и функциональная подготовка: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
62	19.04.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Развитие физических качеств и функциональная подготовка: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Практическая работа
63	23.04.2027 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Развитие физических качеств и функциональная подготовка: олимпиадный/прикладной практикум	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
64	26.04.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Развитие физических качеств и функциональная подготовка: самостоятельная работа и взаимопроверка	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
65	30.04.2027 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
66	07.05.2027 (пятница)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Тематический контроль

№	Планируемая дата	Фактическая дата	Время	Форма занятия	Часы	Тема занятия	Место	Форма контроля
67	14.05.2027 (пятница)		14:30–16:10	Теоретико-практическое занятие	2	Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Опрос / беседа
68	17.05.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Практикум	2	Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни: задания повышенной сложности	Центр «Олимп»	Практическая работа
69	21.05.2027 (пятница)		14:30–16:10	Олимпиадный/прикладной практикум	2	Самоконтроль, восстановление и здоровый образ жизни: анализ типичных ошибок	Центр «Олимп»	Тестирование / контрольное упражнение
70	24.05.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Семинар / тренинг	2	Контрольные испытания, соревнования и итоговая аттестация: основные понятия и ориентиры	Центр «Олимп»	Самостоятельная работа
71	28.05.2027 (пятница)		14:30–16:10	Самостоятельная работа с консультацией	2	Контрольные испытания, соревнования и итоговая аттестация: ключевые знания и алгоритмы	Центр «Олимп»	Мини-проект / кейс
72	31.05.2027 (понедельник)		14:30–16:10	Контрольное/рефлексивное занятие	2	Контрольные испытания, соревнования и итоговая аттестация: практикум по базовым заданиям	Центр «Олимп»	Тематический контроль

Итого по календарному учебному графику: 72 занятия × 2 академических часа = 144 академических часа.