

ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ С ПРИОРИТЕТНЫМ РАЗВИТИЕМ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ 2–ой МЛАДШЕЙ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ НА УЧЕБНЫЙ ГОД

Двигательные способности	Месяцы учебного года (кол-во занятий)									Количество занятий на уч. год
	09	10	11	12	01	02	03	04	05	
	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	
Ловкость	4	5	4	4	4	4	4	4	5	38*
Координационные	4	4	5	5	3	4	4	4	4	37*
Скоростно-силовые	4	2	2	2	1	2	2	2	1	18
Общая выносливость	-	1	1	1	1	2	2	2	2	12
Количество занятий в месяц	12	12	12	12	9	12	12	12	12	105

Примечание: «*» - направленность развития двигательных способностей.

В январе – 9 занятий вместо 12-ти, 1 неделя (3 занятия) выпадают под новогодние каникулы.

ЦИКЛОГРАММА РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ (по месяцам учебного года)

СЕНТЯБРЬ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Ловкость - 4	X			X			X					X
Координационные - 4		X			X			X		X		
Скоростно-силовые - 4			X			X			X		X	
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		

ОКТАБРЬ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
Ловкость - 5	X	X					X			X		X
Координационные - 4			X		X	X			X			
Скоростно-силовые - 2				X							X	
Общая выносливость - 1								X				
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		

НОЯБРЬ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Ловкость - 4	X	X							X	X		
Координационные - 5			X		X	X	X					X
Скоростно-силовые - 2				X							X	
Общая выносливость - 1								X				
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		

ДЕКАБРЬ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48
Ловкость - 4	X	X									X	X
Координационные - 5			X		X	X	X		X			
Скоростно-силовые - 2				X						X		
Общая выносливость - 1								X				
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		

ЯНВАРЬ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)									
	Новогодние каникулы	2			3			4		
		49	50	51	52	53	54	55	56	57
Ловкость - 4		X	X				X		X	
Координационные - 3			X		X				X	
Скоростно-силовые - 1				X						
Общая выносливость - 1							X			
Количество занятий в неделю		3			3			3		

ФЕВРАЛЬ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69
Ловкость - 4	X	X									X	X
Координационные - 4			X		X	X			X			
Скоростно-силовые - 2				X						X		
Общая выносливость - 2							X	X				
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		

МАРТ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81
Ловкость - 4	X	X						X		X		
Координационные - 4			X		X	X						X
Скоростно-силовые - 2				X						X		
Общая выносливость - 2							X	X				
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		

АПРЕЛЬ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93
Ловкость - 4	X	X									X	X
Координационные - 4			X		X	X			X			
Скоростно-силовые - 2				X						X		
Общая выносливость - 2							X	X				
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		

МАЙ

Двигательные способности	НЕДЕЛИ МЕСЯЦА (порядковый номер занятия)											
	1			2			3			4		
	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105
Ловкость - 5	X	X						X	X	X		
Координационные - 4			X		X	X						X
Скоростно-силовые - 1				X								
Общая выносливость - 2							X	X				
Количество занятий в неделю	3			3			3			3		