

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА МЫТИЩИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СОЛНЕЧНЫЙ КРУГ»

Рассмотрено  
на заседании методического совета

от «30» августа 2019 г.

Протокол № 1

Утверждаю:

Директор МБУ ДО ДЮЦ  
«Солнечный круг»

 /Лунина О.Н./

«30» августа 2019 г.

Педагогический совет

от «30» августа 2019 г.

Протокол № 1

Дополнительная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Юный фехтовальщик-2»  
(стартовый уровень)

Возраст обучающихся: 8 - 9 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Елисеева Олеся Игоревна,  
педагог дополнительного образования

г. о. Мытищи  
2019 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Направленность программы

Авторская основы программы

Программа составлена с учетом нормативных документов:

Актуальность программы.

Новизна программы

Педагогическая целесообразность программы.

Основные принципы обучения и воспитания:

**Цель программы. .... 5с.**

**Задачи:**

Адресат программы.

Краткая характеристика учащихся по программе

Срок реализации программы

Объем учебных часов

Форма обучения

Язык обучения

Место проведения занятий

Особенности организации образовательного процесса.

Режим занятий:

Санитарно-гигиенические нормы, нормы пожарной безопасности.

**Планируемые результаты программы. .... 7 с.**

**а) предметные результаты**

**б) личностные результаты**

**в) метапредметные результаты**

**Аттестация учащихся. .... 7 с.**

Текущий контроль

Итоговая аттестация

Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН. .... 8 с.**

**СОДЕРЖАНИЕ ..... 8 с.**

**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ..... 15с.**

Материально-техническое обеспечение

Кадровое обеспечение

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ. ....15с.**

Методы обучения

Методы воспитания

Формы организации образовательного процесса

Формы организации учебного занятия

Педагогические технологии

Алгоритм учебного занятия

Дидактические материалы

Информационное обеспечение

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА .....16с.**

Нормативные документы

Психолого-педагогическая литература

Литература по профилю

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ ..... 17с.**

**ПРИЛОЖЕНИЯ**

**Содержание теоретической части итоговой аттестации (Приложение № 1)**  
**18 с.**

**Календарно-тематический план-график (Приложение № 2) 19 с.**

**Календарный учебный график (Приложение № 3) 27 с.**

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный фехтовальщик» реализует физкультурно-спортивную направленность.

**Программа составлена** на основе программы: Фехтование. Программа для спортивных школ, к. п. н., профессор Ю.М. Бычков.

**Программа составлена с учетом нормативных документов:**

- Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- "Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ" (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242);

- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования (СанПиН 2.4.4.3172-14).

**Актуальность программы.** В г.о. Мытищи нет других секций "Фехтования", а спрос на занятия данным видом спорта очень велик.

Актуальность программы связана с необходимостью формирования у учащихся потребности в здоровом образе жизни, развитие физических качеств, повышение функциональных возможностей организма.

**Новизна программы** заключается в том, что она основана на программе "Фехтование" для спортивных школ. Переработана для условий дополнительного образования. Ориентирована на интерес и пожелания учащихся, учитывает их возрастные особенности. Программа позволяет стимулировать социальную и гражданскую активность, что даёт возможность отвлечь детей от негативного воздействия и мотивировать их на развитие необходимых спортивных навыков.

Программа позволяет комплексно решать задачи оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, физических и психических процессов. В процессе реализации программы большое внимание уделяется гражданскому и патриотическому воспитанию обучающихся.

**Педагогическая целесообразность программы.**

На современном этапе развития общества программа отвечает запросу обучающихся и их родителей.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей, уровня обучающихся, отражает основные дидактические принципы.

Формы, методы и приемы, используемые в ходе реализации данной программы, подобраны в соответствии с её целью, задачами и способствуют эффективной организации образовательного процесса.

Содержание программы нацелено на активизацию познавательной творческой деятельности каждого обучающегося. Большое внимание уделяется развитию и повышению мотивации обучающихся, приобретению практических умений и навыков в области спорта. Программа способствует формированию нравственных качеств личности.

**Основные принципы обучения и воспитания:**

**1. Общедидактические принципы:**

- наглядность,
- системность и последовательность,
- сознательность и активность,
- связь теории с практикой,
- научность,

- доступность.

## **2. Принципы воспитания:**

Принципы воспитания отражают основные требования к организации воспитательной деятельности в процессе обучения, указывают её направление, помогают творчески подойти к построению процесса воспитания.

Реализуются принципы воспитания:

- принцип гуманистической направленности воспитания
- принцип природосообразности,
- принцип культуросообразности,
- принцип эффективности социального взаимодействия,
- принцип ориентации воспитания на развитие социальной и культурной компетенции.

**Цель программы:** формирование основы культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся в ходе обучения детей элементам фехтования. Привлечение учащихся к систематическим занятиям спортом (фехтованием).

### **Задачи:**

#### **Воспитательные:**

- профилактика вредных привычек
- воспитание морально-этических и нравственных норм поведения фехтовальщиков
- формирование умений работать в коллективе

#### **Развивающие:**

- укрепление здоровья и закаливание организма
- привитие интереса к занятиям фехтованием
- повышение уровня физической подготовленности
- повышение функциональных возможностей организма

#### **Образовательные:**

- обучение основ техники тактики фехтования
- обучить навыкам самоконтроля
- построение простых фехтовальных фраз

**Адресат программы** – Возраст детей, участвующих в реализации программы - 8-9 лет.

### **Краткая характеристика учащихся по программе**

#### ***Дети младшего школьного возраста (7-10 лет)***

Этот возраст является чрезвычайно важным для психического и социального развития ребенка. Кардинально изменяется его социальный статус - он становится учеником, что приводит к перестройке всей системы жизненных отношений ребенка. Ведущей деятельностью для детей младшего школьного возраста становится учебная, игровая отходит на второй план. В силу своей динамичности мотивационная сфера ребенка данного возраста представляет большие возможности для формирования и развития у него мотивов, необходимых для эффективного обучения.

Характерной особенностью младшего школьника является эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все яркое, необычное, красочное. В этот возрастной период у ребенка активно развиваются социальные эмоции, такие как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность ребенка к сопереживанию, стремление к превосходству и

признанию сверстниками. Самооценка младших школьников зависит от мнения взрослых, от оценки педагогов.

Младший школьный возраст – это возраст относительно спокойного и равномерного физического развития. Увеличение роста и веса, выносливости, жизненной ёмкости легких идет довольно равномерно и пропорционально. Костная система младшего школьника ещё находится в стадии формирования – окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей еще не завершено, в костной системе ещё много хрящевой ткани. Процесс окостенения кисти и пальцев в младшем школьном возрасте также еще не заканчивается полностью, поэтому мелкие и точные движения пальцев и кисти руки затруднительны и утомительны. Происходит функциональное совершенствование мозга – развивается аналитико-систематическая функция коры; постепенно изменяется соотношение процессов возбуждения и торможения; процесс торможения становится более сильным, хотя по-прежнему преобладает процесс возбуждения и младшие школьники в высокой степени возбудимы и импульсивны. Младший школьный возраст характеризуется бурным развитием потребности в двигательной активности.

Занятия фехтованием способствуют укреплению здоровья и закаливанию организма, повышению уровня физической подготовленности, повышению функциональных возможностей организма.

**Срок реализации программы - 1 год**

**Объем учебных часов - 144 ч.**

**Форма обучения – очная форма.**

**Язык обучения – русский**

**Место проведения занятий:** на базе МБУ ДО ДЮЦ «Солнечный круг»

**Особенности организации образовательного процесса.**

Образовательный процесс осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планом-графиком в группе обучающихся одного возраста, являющиеся основным составом объединения.

Образовательный процесс имеет развивающий характер, направлен на развитие у детей природных задатков и интересов.

**Режим занятий:**

Занятия проводятся: два раза в неделю по два академических часа с перерывом 15 минут.

**Санитарно-гигиенические нормы, нормы пожарной безопасности.**

Занятия организуются и проводятся в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.4.3172-14 и противопожарными нормами.

**Планируемые результаты программы:**

**а) предметные результаты**

- обучатся основам техники и тактики фехтования
- научатся выстраивать простые фехтовальные фразы
- приобретут навыки самоконтроля

**б) личностные результаты**

- сформируется профилактика вредных привычек
- сформируются морально-этические и нравственные нормы поведения фехтовальщика
- сформируется умение работать в коллективе

#### **в) метапредметные результаты**

- укрепится здоровье обучающихся
- привьется интерес к систематическим занятиям фехтованием
- повысится уровень физической подготовленности
- повысится функциональные возможности организма

#### **Аттестация учащихся**

Уровень освоения учебного материала определяется путем мониторинга, проводимого в течение учебного года: начале – стартовые возможности, середине – промежуточный контроль, конце – итоговый контроль) и фиксируется в карте диагностики развития личности ребенка.

**Текущий контроль** проводится в течение всего учебного периода с целью систематического контроля уровня освоения учащимися тем, разделов, глав дополнительной общеразвивающей программы за оцениваемый период.

**Итоговая аттестация** учащихся проводится по окончании реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Цель итоговой аттестации – выявление уровня развития способностей и личностных качеств учащегося и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеразвивающей программы на заключительном этапе её реализации.

При проведении итоговой аттестации используется система оценивания теоретической и практической подготовки учащихся.

#### **Предполагаемые формы проведения итоговой аттестации**

Итоговая аттестация **практической** подготовки учащихся проводится в форме: соревнования, сдача нормативов.

Результаты участия учащихся в мероприятиях муниципального, регионального и других уровней могут быть засчитаны как итоговая аттестация.

Итоговая аттестация теоретической подготовки учащихся проводится в форме: беседы, тестирования

Содержание теоретической части итоговой аттестации (*приложение № 1*)

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** видеозапись, грамота, журнал посещаемости, материал тестирования, протокол соревнований, фото.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** диагностическая карта, соревнование.

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
I	Введение. Техника безопасности.	1	1	--	Беседа
II	ОБДД.	7	3	4	Викторина, беседа
III	Общая и специальная физическая подготовка фехтовальщика.	78	2	76	Сдача нормативов
IV	Психологическая подготовка фехтовальщика.	2	2	-	Беседа
V	Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования.	46	2	44	Тестирование
VI	Правила соревнований.	2	2	-	Тестирование
VII	Выполнение контрольных нормативов.	2	-	2	Сдача нормативов
VIII	Участие в соревнованиях	6	-	6	Соревнования
		<b>144 час.</b>	12	132	

## СОДЕРЖАНИЕ

### I. Введение. Техника безопасности.

**Теория:** Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. ППБ. Техника безопасности на занятиях в объединении. Действия при ЧС.

Введение в предмет. Информация о программе.

### II. ОБДД.

**Теория:** Азбука дорожного движения. Пешеходная азбука: улица, тротуар, проезжая часть, перекресток. Опасные места на дорогах. Дорожные знаки и дополнительные средства информации. Светофор. Регулирование дороги инспектором ГИБДД. Правила поведения пешехода. Правила поведения пассажира. Техника безопасности в транспорте. Техника безопасности при езде на велосипеде. Требования к движению велосипедов, мопедов. Дорога – не место для игр.

**Практика:** игры, викторины

### III. Общая и специальная физическая подготовка фехтовальщика

**Теория.** Физическая подготовка включает в себя общие и специальные средства, которые обеспечивают всесторонне развитие обучающегося.

Общая физическая подготовка направлена на подъем функциональных возможностей организма, его всестороннее развитие и приобретение разнообразных двигательных навыков. Для решения этих задач применяется вся совокупность средств физического воспитания.

Специальная физическая подготовка направлена на развитие и специализированное проявление

двигательных качеств для совершенствования приемов и действий фехтования. Ее средствами являются приемы и действия, применяемые обучающимися в бою: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость.

Следует учитывать взаимозависимость и взаимовлияние упражнений, направленных на совершенствование различных двигательных качеств. В физической подготовке в наибольшей мере должно использоваться положительное взаимодействие различных двигательных навыков и качеств и исключено отрицательное влияние на специализированность их проявлений. Необходимо учитывать также избирательное влияние упражнений на выработку отдельных качеств. Физическая подготовленность создает основу для совершенствования спортивной техники, которую следует рассматривать как форму проявления двигательных возможностей фехтовальщика, а также условия для психологической устойчивости и проявлений волевых качеств.

#### **Практика:**

Общая физическая подготовка:

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мальчики	Девочки
Скорость	Бег 14 м (не более 4,6 с)	Бег 14 м (не более 4,8 с)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 10 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 7 раз)
Выносливость	Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 7 мин)	
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)	
Координация	Челночный бег 2х7 м (не более 7,6 с)	Челночный бег 2х7 м (не более 9,8 с)

Специальная физическая подготовка:

- передвижение шагами вперед 15 м в боевой стойке
- передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке
- атака уколom в мишень с места
- атака уколom в мишень с шагом вперед
- атака уколom в мишень с выпадом

#### **IV. Психологическая подготовка фехтовальщика**

**Теория.** Содержание психологической подготовки фехтовальщика направлена на создание уверенности в своих силах и возможностях, повышение уровня проявлений психических свойств и морально-волевых черт. Итогом целенаправленной подготовки является состояние готовности, которое выражается в мобилизованности обучающегося на достижение более высоких показателей в соревнованиях, направленности намерений и действий на решение тренировочных задач.

#### **V. Изучение и совершенствование техники и тактики фехтования**

**Теория.** Первая информация о фехтовании, включающая тактические компоненты действий, сообщается обучающимся при ознакомлении со специализированными положениями и приемами

передвижений. В частности, обосновываются особенности держания оружия, боевой стойки, позиций и соединений, передвижений вперед и назад, выпада, закрытия с выпада назад и др. Затем, при освоении необходимых в начальном обучении терминов, раскрывается их содержание, особенно предназначение специализированных движений оружием, таких как перемены позиций и соединений.

Частью тактических знаний являются первоначальные характеристики изучаемого вида фехтования, такие как:

поражаемая поверхность;

секторы и основные способы нападений;

пространство поля боя;

продолжительность поединков;

установленное количество уколов или ударов для достижения победы.

В характеристиках вида фехтования анализируются конструкции спортивного оружия и боевое предназначение его отдельных частей, способы безопасного обращения с ним при перемещениях в зале и в перерывах на отдых между упражнениями, этическое и тактическое содержание исходного положения перед боем, салюта, приветствия и других движений клинком.

Дальнейшая тактическая информация для начинающего фехтовальщика включает обоснования требований к сохранению определенного расстояния (дистанции) между участниками боя, а также и до партнера во время упражнений. Осваиваются тактические установки на применение того или иного приема.

Важны тактические указания по ведению боя, учет которых облегчает выбор способов нападения и защиты, а также других тактических компонентов противодействия противникам.

Внимание обучающихся в поединке следует направлять на анализ действий противника и поиск наиболее правильных решений для каждой тактической ситуации.

Активность ведения поединков развивается на основе упражнений, предназначенных для выбора момента начала атаки и приема выполнения атаки.

Характерно возникновение внутригрупповых симпатий, сущность которых выражается в желании обучающихся заниматься фехтованием ради того, чтобы постоянно находится в среде своих товарищей и сверстников, постоянно быть вместе и вступать в контакты друг с другом. Их удерживают симпатии друг к другу и общая для них потребность в общении. Должны учитываться формирующиеся взаимоотношения между ними, поощряя дружбу (на примере известных исторических героев, в том числе мушкетеров, гардемарин), постоянно используя соревновательные упражнения и игры.

Важными установками становятся проявления дисциплинированности, первоначально на основе выполнения правил поведения в фехтовальном зале, умения обращаться с оружием и т.д. Формирование дисциплинированности на занятии фехтования и организованности, старательности при выполнении упражнений создают основу для дальнейшего развития тактических качеств.

Обязательным тактическим качеством, развиваемым у начинающих фехтовальщиков, является наблюдательность. Для этого упражнения на внимание сочетаются с установками на его проявления в подвижных играх и при выполнении комбинаций передвижений. Дети обычно успешно повторяют друг за другом аналогичные задания, сначала стараясь выполнить красиво и правильно, придумывают разные комбинации шагов и выпадов, а затем ревностно следят за точностью действий своих товарищей.

Игры на воображение формируют устойчивые фехтовальные образы, необходимые для тактического мышления.

## **Практика.**

### **Специализированные положения, приемы передвижений**

Держание оружия.

Боевая стойка.

Шаг назад.

Шаг вперед.

Серия шагов вперед.

Серия шагов назад.

Полувывпад.

Закрытие из полувывпада назад.

Позиция 6-я (позиция 3 в сабле)

Позиция 4-я.

Позиция 5-я (в сабле).

Соединение 6-е (соединение 3-е в сабле).

Соединение 4-е.

Салют.

### **Специализированные движения оружием**

Имитация укола прямо из 6-й (3-й в сабле) позиции, стоя на месте (ударов саблей по маске, по левому боку и по правому боку).

Имитация укола прямо (ударов саблей) с полувыпадом, фиксируя конечное положение клинка.

Вертикальные покачивания острием клинка с амплитудой 10-15 см в конечном положении укола (удара по маске саблей).

Круговые движения острием клинка с различной амплитудой в конечном положении укола (широкие движения саблей в вертикальной плоскости в положении удара по маске).

Круговые движения клинком в верхних позициях.

Вертикальные покачивания острием клинка в процессе выпрямления вооруженной руки при имитации укола (удара по маске саблей).

### **Фехтование на рапирах**

Перемены позиций из 6-й в 4-ю, из 4-й в 6-ю.

Перемены соединений из 6-го в 4-е, из 4-го в 6-е.

Укол прямо стоя на месте (с полувыпадом), владея 6-м соединением.

Укол прямо стоя на месте (с полувыпадом), владея 4-м соединением.

Батман прямой из 6-го соединения и укол прямо, стоя на месте.

Атака - батман прямой из 6-го соединения и укол прямо с полувыпадом.

Батман прямой из 4-го соединения и укол прямо, стоя на месте.

Атака - батман прямой из 4-го соединения и укол прямо с полувыпадом.

Защита 4-я из 6-го соединения без ответа.

Защита 6-я из 4-го соединения без ответа.

Защита 4-я с ответом прямо, стоя на месте, реагируя на прямой батман и укол.

Защита 6-я с ответом прямо, реагируя на прямой батман и укол прямо.

Защиты 6-я и 4-я с выбором и ответ прямо.

### **Фехтование на саблях**

Перемены позиций:

из 3-й в 4-ю;

из 4-й в 3-ю;

из 3-й в 5-ю.

Перемены соединений:

из 3-го в 4-е;

из 4-го в 3-е

Удар по маске, стоя на месте (с полувыпадом).

Удар по правому боку, стоя на месте (с полувыпадом).

Удар по левому боку, стоя на месте (с полувыпадом).

Атака ударом по маске с полувыпадом, с шагом вперед (серией шагов вперед) и полувыпадом.

Атака ударом по правому боку с полувыпадом, с шагом вперед (серией шагов вперед) и полувыпадом.

Атака ударом по левому боку с полувыпадом, шагом вперед (серией шагов вперед) и полувыпадом.

Защита 3-я без ответа (с ответом ударом по маске).

Защита 4-я без ответа (с ответом ударом по маске).

Защиты 3-я и 4-я с выбором и ответ ударом по маске.

левому боку.

Атака - батман в 4-е соединение и удар по маске с полувыпадом (с серией шагов вперед и полувыпадом).

Защита 5-я без ответа.

## VI. Правила соревнований

**Теория.** Требования к оружию и экипировке. Разметка дорожки. Судейство. Термины судьи. Определение правоты в атаке.

### Специальные термины

Рапира  
 Сабля  
 Рукоятка  
 Гарда  
 Гайка  
 Клинок  
 Острие клинка  
 Лезвие сабли  
 Боевая стойка  
 Шаг вперед  
 Шаг назад  
 Выпад  
 Закрытие с выпада назад  
 Показ укола  
 Укол прямо  
 Удар по маске (в сабле)  
 Удары по правому и левому боку в сабле  
 Позиция 6-я (3-я в сабле)  
 Позиция 4-я  
 Перемена позиций  
 Соединение 6-е  
 Соединение 4-е  
 Соединение 3-е (в сабле)  
 Салют  
 Дистанция  
 Атака  
 Защита  
 Батман  
 Ответ

## VII. Выполнение контрольных нормативов

**Практика.** Выполнение контрольных нормативов по физической подготовке проводится в конце учебного года в виде сдачи контрольных нормативов. По физической подготовке рекомендуются следующие контрольные нормативы:

### Виды подготовки и контрольные упражнения

Общая физическая подготовка:

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)	
	Мальчики	Девочки
Скорость	Бег 14 м (не более 4,6 с)	Бег 14 м (не более 4,8 с)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 120 см)
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 10 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 7 раз)
Выносливость	Непрерывный бег в свободном темпе (не менее 7 мин)	
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (пальцами рук коснуться пола)	
Координация	Челночный бег 2х7 м (не более 7,6 с)	Челночный бег 2х7 м (не более 9,8 с)

Специальная физическая подготовка

- передвижение шагами вперед 15 м в боевой стойке
- передвижения шагами назад 15 м в боевой стойке
- атака уколom в мишень с места
- атака уколom в мишень с шагом вперед и выпадом
- атака уколom в мишень с выпадом

### **VIII. Участие в соревнованиях**

**Практика.** Популяризации фехтования среди обучающихся, привлечение их к систематическим занятиям.

## **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **Материально-техническое обеспечение:**

Программа реализуется в рамках сетевого взаимодействия с МБУ ДО ДЮОЦ «Солнечный круг»

ОУ предоставляет помещение и оборудование для занятий.

Занятия проводятся в спортивном зале.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:

Спортивная одежда - фехтовальный костюм, туфли, гетры, налокотники, бандажи, жесткие протекторы, перчатки, нагрудники, набочки, маски, тренировочный костюм.

Оружие и личное электрооборудование - электрорапиры, электросабли, электрокуртки, электрошнуры

Оборудование фехтовального зала - стеллажи для хранения оружия и другого инвентаря, зеркала, мишени, чучела, электрофиксаторы, катушки - сматыватели шнура. Информационная аппаратура.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования высшей квалификационной категории, педагогический стаж - 30 лет.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ:**

### **Методы обучения:**

При проведении занятий используются словесный, наглядный, практический; дискуссионный, игровой.

**Методы воспитания:** убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация и др.

**Формы организации образовательного процесса:**

Образовательный процесс осуществляется через учебное занятие.

Учебные занятия с обучающимися проводятся в группе с учетом принципов личностно-ориентированного и дифференцированного обучения

Учебное занятие строится с учетом следующих требований:

- создание и поддержание высокого уровня познавательного интереса и активности детей;
- целесообразное расходование времени занятия;
- применение разнообразных форм, методов и средств обучения;
- высокий уровень межличностных отношений между педагогом и детьми;
- практическая значимость полученных знаний и умений.

**Формы организации учебного занятия:** практическое занятие, открытое занятие, соревнование, беседа, турнир.

**Педагогические технологии:**

**1. Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения** (авт. И.С. Якиманская) позволяет выбрать формы, средства и методы, способствующие максимальному развитию индивидуальных познавательных способностей детей. Технология позволяет создать условия для адаптации ребенка в коллективе и обучения с учетом личностных возможностей в ситуации успеха.

**2. Игровые технологии** (авт. П.И. Пидкасистый, Д.Б. Эльконин) позволяют активизировать творческую и познавательную деятельность обучающихся, расширить их кругозор, воспитать самостоятельность и коммуникативность.

Дидактические и творческие игры используются для организации учебного процесса и коллективных творческих дел: мероприятий, соревнований.

**3. Технология коллективной творческой деятельности** (авт. И.П. Волков; И.П. Иванов) позволяет научить детей способам планирования, подготовки, осуществления и проведения коллективного творческого дела; сформировать навыки совместной творческой деятельности.

**4. ИКТ** (авт. Г.Р. Громов, Б. Хантер) позволяет применять на практике звуковые, текстовые, фото- и видео-редакторы, активно использовать интернет-ресурсы; сокращается время на демонстрацию наглядных пособий, оптимизируется процесс подведения итогов и контроля знаний обучающихся. Мультимедийные устройства, презентации, видеоматериалы используются для технического оформления мероприятий и подведения итогов. Применение ИКТ позволяет оптимизировать и систематизировать документооборот. Использование интернет-ресурсов дает доступ к современным оригинальным учебным материалам, усиливает индивидуализацию обучения и воспитания, развивает самостоятельность, а также обеспечивает новой информацией.

**Алгоритм учебного занятия**

Основные этапы занятия:

- I. Вводная часть (организационная часть: приветствие; проверка присутствия обучающихся; инструктаж по ТБ; объявление темы, задач и плана занятия).
- II. Основная часть (основное содержание занятия зависит от типа занятия (комбинированное, усвоение новых знаний, закрепление изучаемого материала, повторение, систематизация и обобщение нового материала, проверка и оценка знаний и т.д.)

Основная часть занятия имеет практическую направленность. Чаще всего это тренировка, соревнование, игра, эстафеты.

- III. Заключительная часть (подведение итогов учебного занятия (позитивная оценка деятельности учащихся); при необходимости рекомендации для самостоятельной подготовки дома.

**Дидактические материалы:**

информационно-коммуникационная сеть «Интернет», зеркала, мишени, чучело.

**Информационное обеспечение** (видео-, фото-, интернет источники - для педагога, для ребенка - видео-, фото-, интернет источники)

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГА.

### Нормативные документы

1. Государственная программа Московской области "Образование Подмосковья" на 2017-2025 годы (утв. постановлением Правительства Московской области от 25.10.2016 г. № 784/39)
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.)
3. Концепция развития дополнительного образования детей, от 04 сентября 2014 г. № 1726-р
4. Конвенция ООН "О правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.)
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242)
6. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018. № 196)
7. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования (СанПиН 2.4.4.3172-14)
8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
9. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) "Об образовании в Российской Федерации"
10. Федеральная целевая программа развития образования на 2016-2020 гг.

### Психолого-педагогическая литература

1. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – М.: Перспектива, 2018.- 224 с.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология. Учебник. – М.: Педагогика-пресс, 1999. – 536 с.
3. Педагогика: учеб. пособие /Под редакцией П.И. Пидкасистого – 2-ое изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2011.-502 с.
4. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии /Под редакцией С.А. Смирнова - М: Академия, 2008 г. – 512 с.
5. Подласый И.П. Педагогика - М: Просвещение, 2007 г. – 576 с.
6. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий: В 2 т.- М: НИИ школьных технологий, 2006.- 816 с.

### Литература по профилю программы

1. Аркадьев В.А. Ступени мастерства фехтовальщика. – М.: ФиС, 1975- 216 с.
2. Бычков Ю.М. Совершенствование специализированных навыков тренера по фехтованию (теория и методика). – М.: «Принт Центр РГАФК», 1988 – 307 с.
3. Мовшович, А. Д. Фехтование. Начинающему тренеру: Академический проект, 2011. - 112 с.
4. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Спортивные кружки и секции, Министерство просвещения, 1986 г., с изменениями - 429 с.
5. Программа для спортивных школ, к.п.н, профессор Ю.М. Бычкова, д. п. н., профессор Д.А. Тышлера, д. п. н., профессор А.Д. Мовшовича, Москва 2008 г.- 72 с.
6. Тышлер Д.А . Спортивное фехтование: Учебник для вузов физической культуры. – М.: ФОН, 1997., 336 с.
7. Тышлер, Д. А. Фехтование. Начальное обучение. Техничко-тактические приоритеты. Методики и упражнения / Д.А. Тышлер, Г.Д. Тышлер. - М.: Академический проект, 2010. - 144 с.
8. Тышлер Д., Мовшович А., Бычков Ю., Тышлер Г., Базаревич В. Что должны знать спортсмены и тренеры о судействе и проведении соревнований. – М.: СпортАкадемПресс, 2001 – 124 с.
9. Тышлер Д., Мовшович А., Тышлер Г. Многолетняя тренировка юных фехтовальщиков: Учебное пособие. – М.: Деловая лига, 2002 – 238 с.

Интернет - ресурсы:

<http://www.rusfencing.ru> Федерация фехтования России

<http://mosobl fencing.ru> Федерация фехтования Московской области

<https://www.youtube.com/channel/UCA40s4GODjkaJ9JeM0fBcdg> Трансляции и видео международных соревнований

[https://www.youtube.com/channel/UCn388g7U-aMEpYSSZJfDxmg?view\\_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UCn388g7U-aMEpYSSZJfDxmg?view_as=subscriber)

Канал Федерации фехтования России

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Кондратьев В.Н. Историческое фехтование. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2000. - 208 с.
2. Штейнбах, Ракита: Фехтование. Энциклопедия, Издательство: Человек, 2011 г. – 704 с.

Интернет - ресурсы:

<http://www.rusfencing.ru> Федерация фехтования России

<http://mosobl fencing.ru> Федерация фехтования Московской области

<http://www.rafencing.ru> Федерация артистического фехтования

<https://www.youtube.com/channel/UCA40s4GODjkaJ9JeM0fBcdg> Трансляции и видео международных соревнований

[https://www.youtube.com/channel/UCn388g7U-aMEpYSSZJfDxmg?view\\_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UCn388g7U-aMEpYSSZJfDxmg?view_as=subscriber)

Канал Федерации фехтования России

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1

## Содержание теоретической части итоговой аттестации

## Контрольно-переводные вопросы к беседе 1 года обучения объединения «Фехтование» по программе «Юный фехтовальщик»

Вопросы:	Ответы:
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Из чего состоит рапира, сабля?</li> <li>2. Какая длина клинка у рапиры, сабли?</li> <li>3. Какой вес оружия?</li> <li>4. Чем отличается рапира от сабли?</li> <li>5. Для чего нужна гарда?</li> <li>6. Что такое стойка?</li> <li>7. Какие способы передвижения знаете?</li> <li>8. Что такое показ укол, удар?</li> <li>9. Что такое дистанция?</li> <li>10. Какие действие на оружие известны?</li> <li>11. Что такое защита? Какие защиты знаете?</li> <li>11. Что такое «поле боя»?</li> <li>12.</li> <li>13. Что такое фехтование?</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Клинок, гарда, ручка, гайка, прокладка</li> <li>2. Длина клинка рапиры 110 см, сабли 105 см</li> <li>3. 500 г.</li> <li>4. Рапира - колющее оружие, сабля – колющее и рубящее</li> <li>5. Защищает руку от ударов, уколов.</li> <li>6. Положение фехтовальщика в экипировке с оружием</li> <li>7. Шаги вперед, назад, скачки</li> <li>8. Угрожающее движение оружием в направлении противника</li> <li>9. Расстояние между фехтовальщиками в поединке.</li> <li>10. Батман</li> <li>11. Отражение оружием оружия противника, совершающего атаку или контратаку. 3, 4, 5, 6.</li> <li>12. Площадка, предназначенная для ведения боя.</li> <li>13. Вид спорта, представляющий собой единоборство на холодном спортивном оружии</li> </ol>

**Утверждаю:**  
 Директор МБУ ДО ДЮЦ  
 «Солнечный круг»

\_\_\_\_\_ О.Н. Лунина  
 \_\_\_\_\_ 2019 г.

### Календарно-тематический план-график на 2019/2020 учебный год

Объединение «Фехтование»

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный фехтовальщик» (стартовый уровень)

год обучения: 1-й

группа: 1

Расписание: вт., пятн. с 14.00 до 16.00.

Место проведения занятий: МБУ ДО ДЮЦ «Солнечный круг» каб. № 16.

№ п/п	Дата	Тема занятия	Раздел программы	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Примечание
1	03.09.19	Вводный инструктаж по ОТ и ТБ. ППБ. Введение в предмет. ОБДД. Азбука движения	1 1	2	беседа	беседа	
2	06.09.19	Общая физическая подготовка. Средства силовой подготовки, развивающие руки, ноги, спины, брюшного пресса.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
3	10.09.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие ловкости. Спортивные игры.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
4	13.09.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развития быстроты. Бег с ускорением 25-30 м. Бег с	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	

		изменением скорости и направления движения.					
5	17.09.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие ловкости. Спортивные игры. ОБДД ТБ в транспорте	3 2	1 1	учебно-тренировочное	сдача нормативов  беседа	
6	20.09.19	Изучение боевой стойки. Определение расстояния между ногами (1,5 стопы), положение стоп по отношению к боевой линии.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
7	24.09.19	Изучение боевой стойки. Приседания и подпрыгивания в боевой стойке с сохранением правильного положения туловища, ног и центра тяжести тела.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
8	27.09.19	Изучение передвижения. Шаги вперед, назад, сохраняя правильность положения ног, рук, туловища, головы. ОБДД Правила поведения пешехода	5 2	1 1	учебно-тренировочное	тестирование  беседа	
9	01.10.19	Изучение передвижения. Скачки вперед и назад: с ноги на ногу (по типу шага) и толчком двух ног одновременно.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
10	04.10.19	Изучение выпада. Пружинистые покачивания в выпаде. Уход с выпада назад. Уход с выпада вперед. Повторный выпад.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
11	08.10.19	Совершенствование техники передвижения. Повторение выпада. Выполнение выпадов различной длины.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
12	11.10.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на преимущественное развитие гибкости.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
13	15.10.19	Совершенствование техники передвижения.	5	2	учебно-	тестирование	

		Держание сабли. Основная стойка с оружием, исходное положение, приветствие (салют).			тренировочное		
14	18.10.19	Работа в парах. Понятие сохранения дистанции. ОБДД Правила поведения пассажира	5 2	1 1	учебно-тренировочное	тестирование беседа	
15	22.10.19	Работа в парах. Изучение позиций 3,4,5. Совершенствование техники передвижения.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
16	25.10.19	Работа в парах. Ознакомление с позициями 1,2. Совершенствование техники передвижения. ОБДД ТБ на занятиях в объединении	5 2	1 1	учебно-тренировочное	Тестирование беседа	
17	29.10.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие ловкости. Спортивные игры.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
18	01.11.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие ловкости	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
19	05.11.19	Работа на мишени. Многократные удары пальцами выпрямленной руки по мишени.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
20	08.11.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Спортивные игры.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
21	12.11.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Спортивные игры.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
22	15.11.19	Отработка в парах повторных ударов пальцами (ремизов) после удара по голове, правому боку. Совершенствование техники передвижения.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
23	19.11.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие силы. Футбол.	3	2	беседа	сдача нормативов	

24	22.11.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие гибкости. Эстафеты.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
25	26.11.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие гибкости. Эстафеты.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
26	29.11.19	Правила соревнований.	6	2	учебно-тренировочное	тестирование	
27	03.12.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие гибкости. Эстафеты.	3	2	учебно-тренировочное игры	сдача нормативов	
28	06.12.19	Отработка в парах повторных атак выпадам на уходящего противника.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
29	10.12.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие силы. Футбол.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
30	13.12.19	Общая физическая подготовка. Эстафеты, Спортивные игры. ОБДД Дорога не место для игр	3 2	1 1	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
31	17.12.19	Открытый турнир городского округа Мытищи (Новогодний турнир)	8	2	соревнования	соревнования	
32	20.12.19	Отработка в парах атак на подготовку противника. Контратаки с оппозицией в верхних и нижних линиях.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
33	24.12.19	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные для преимущественного развития выносливости.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
34	27.12.19	Отработка в парах контратак с уходом назад по руке снаружи, снизу и изнутри. Контратаки уколom прямо.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
35	10.01.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные для	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	

		преимущественного развития выносливости.					
36	14.01.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие силы. ОБДД ТБ при езде на велосипеде	3 1	1 1	учебно-тренировочное беседа	сдача нормативов беседа	
37	17.01.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Рывки по сигналу. Ловля брошенного предмета. Скоростное выполнение передвижений	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
38	21.01.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные для преимущественного развития выносливости.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
39	24.01.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие ловкости	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
40	28.01.20	Психологическая подготовка фехтовальщика.	4	2	учебно-тренировочное	беседа	
41	31.01.20	Отработка в парах нападения в ситуациях выбора сектора нанесения удара, последовательное усложнение упражнений.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
42	04.02.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Рывки по сигналу. Ловля брошенного предмета. Скоростное выполнение передвижений	3	1	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
43	07.02.20	Отработка в парах атак на подготовку противника. Контратаки с оппозицией в верхних и нижних линиях.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	

44	11.02.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие гибкости.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
45	14.02.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Рывки по сигналу. Ловля брошенного предмета. Скоростное выполнение передвижений	3	1	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
46	18.02.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие гибкости.	3	2	учебно-тренировочное беседа	сдача нормативов	
47	21.02.20	Открытый турнир городского округа Мытищи, посвященный Дню Защитника Отечества.	8	2	соревнования	соревнования	
48	25.02.20	Отработка в парах сложных атак с действием на оружие: батман в 4-ю – удар по голове, по правому боку с переносом.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
49	28.02.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Многократные повторения различных фехтовальных приемов.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
50	03.03.20	Отработка в парах сложных атак с одним обманом и последующим ударом с переносом	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
51	06.03.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие ловкости. Эстафеты с включением элементов, требующих проявления ловкости и координации движений.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
52	10.03.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Многократные повторения	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	

		различных фехтовальных приемов.					
53	13.03.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие гибкости.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
54	17.03.20	Отработка в парах удара по руке снаружи и снизу. Индивидуальная работа перед зеркалом.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
55	20.03.20	Отработка в парах батмана в 3-ю – удар по правому боку, по голове, по левому боку с переносом.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
56	24.03.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие силы.	5	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
57	27.03.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие гибкости.	3	2	беседа учебно-тренировочное	сдача нормативов	
58	31.03.20	Отработка в парах сложных защит: 4-3, 3-5, 5-3, 3-4. Составление несложных фехтовальных фраз.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
59	03.04.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты. работа в парах защит в ситуациях переключения от начавшегося нападения. Контрзащиты и контрответы. Защиты от встречных нападений после промахов.	5	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
60	07.04.20	Отработка атак ударом по голове, правому, левому боку с различных дистанций с точной координацией движений вооруженной руки и ног.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
61	10.04.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Спортивные игры.	3	2	сдача нормативов	сдача нормативов	

62	14.04.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Многократные повторения различных фехтовальных приемов.	3	2	сдача нормативов	сдача нормативов	
63	17.04.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Спортивные игры.	3	2	сдача нормативов	сдача нормативов	
64	21.04.20	Отработка в парах контратак на сложные атаки противника по руке и в голову уколом с переводом.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
65	24.04.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты	5	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
66	28.04.20	Построение фехтовальных фраз, используя изученный материал.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
67	05.05.20	Отработка в парах удара по руке снаружи и снизу. Индивидуальная работа перед зеркалом.	5	2	учебно-тренировочное	тестирование	
68	08.05.20	Открытый турнир городского округа Мытищи, посвященный Дню Победы	8	2	соревнования	соревнования	
69	12.05.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Спортивные игры.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
70	15.05.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие выносливости. Многократные повторения различных фехтовальных приемов.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
71	19.05.20	Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на развитие силы. Футбол.	3	2	учебно-тренировочное	сдача нормативов	
72	22.05.20	Выполнение контрольных нормативов	7	2	учебно-тренировочное	сдача контрольных нормативов	

Объединение «Фехтование» (педагог Елисеева Олеся Игоревна)

Программа «Юный фехтовальщик»

Группа 1. Расписание: вт., птн. – 14.00-16.00

**Календарный учебный график на 2019-2020 уч. год**

Количество часов на программу – 144 ч.

Учебная неделя	Период	Числа по расписанию	Кол-во часов в неделю	Примечание
<b>1-ое полугодие</b>				
1	02.09-08.09	3, 6	4	
2	09.09-15.09	10, 13	4	
3	16.09-22.09	17, 20	4	
4	23.09-29.09	24, 27	4	
5	30.09-06.10	1, 4	4	
6	07.10-13.10	8, 11	4	
7	14.10-20.10	15, 18	4	
8	21.10-27.10	22, 25	4	
9	28.10-03.11	29, 1	4	
10	04.11-10.11	5, 8	4	4 ноября - праздничный день
11	11.11-17.11	12, 15	4	
12	18.11-24.11	19, 22	4	
13	25.11-01.12	26, 29	4	
14	02.12-08.12	3, 6	4	
15	09.12-15.12	10, 13	4	
16	16.12-22.12	17,20	4	
17	23.12-29.12	24, 27	4	
			<b>Всего: 68</b>	
	<b>30.12-08.01</b>	-	-	<b>Каникулы</b>
<b>2-ое полугодие</b>				
18	09.01-12.01	10	4	
19	13.01-19.01	14, 17	4	
20	20.01-26.01	21, 24	4	
21	27.01-02.02	28, 31	4	
22	03.02-09.02	4, 7	4	
23	10.02-16.02	11, 14	4	
24	17.02-23.02	18, 21	4	23, 24 февраля - праздн.дни
25	24.02-01.03	25, 28	4	
26	02.03-08.03	3, 6	4	8 марта - праздничный день
27	09.03-15.03	10, 13	4	9 марта - праздничный день
28	16.03-22.03	17, 20	4	
29	23.03-29.03	24, 27	4	
30	30.04-05.04	31, 3	4	
31	06.04-12.04	7, 10	4	
32	13.04-19.04	14, 17	4	
33	20.04-26.04	21, 24	4	
34	27.05-03.05	28	2	1-3 мая - праздничные дни
35	04.05-10.05	5, 8	4	9-10 мая - праздничные дни
36	11.05-17.05	12,15	4	
37	18.05-24.05	19, 22	4	
38	25.05-31.05	26, 29	4	
			<b>Всего: 82</b>	
			<b>ИТОГО: 150</b>	