МАОУ СОШ р.п. Пинеровка_	
-	

Журнал

учета внеурочной деятельности

	ОФП
-	
-	
-	
-	
	На 2024 – 2025 учебный год

Расписание занятий

Наименование занятий	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	YETBEPF	ПЯТНИЦА	CYBEOTA
ОФП	15:30- 17:00		15:30- 17:00			

Наименование занятия _	ОФП
------------------------	-----

No	Месяц									Co) I ITA	тбрт	OV	rabni	1100	брт								
		Сентябрь-октябрь-ноябрь								1	2													
п/	Число	2	4	9	11	1	1 8	2	2 5	3	2	7	9	14	1	2	2 3	2	6	8	1	1	1	2
П	Ф.И.					6	B	3	5	0					6	1	3	5			1	3	8	0
	обучающегос																							
	Я																							
1	Маникина				Н	Н	Н	Н																Н
	Дарья																							
2	Шаповал											Н	Н	Н										
	Ольга																							
3	Аксиненко																							
	Елисей																							
4	Чаркина																Н	Н	Н	Н				
	Виктория																							
5	Афанасьев								Н							Н								
	Матвей																							
6	Храмцов																							
	Ярослав																							
7	Гусев Михаил						Н																	
8	Гурба																							
	Анастасия																							
9	Лебедева				Н					Н		Н												
	Софья																							
10	Земцов Артем																							
11	Кострюков													Н	Н	Н								
	Никита																							
12	Садоян						Н	Н																
	Виктория																							
13	Саяпин																							
	Алексй																							
14	Щербаков						Н	Н																
	Александр																							
15	Гурба																					Н		Н
	Василиса																							
16	Шкурин																							
	Артем																							
17	Фурманов					Н	Н	Н	Н	Н														
	Александр																							
	7 11																							
											\vdash													
							<u> </u>			<u> </u>														

Ф.И.О. преподавателя _____Вячина Алёна Александровна_____

Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Подпись преподавателя
2.09	Инструктаж по технике безопасности и правила поведения на занятиях по ОФП и в разделе легкая атлетика.	псов	преподавателя
4.09	Бег с изменением направления и темпа.		
9.09	Бег из разных исходных положений.		
11.09	П.и. «Невод»		
16.09	П.и. «Гуси-лебеди»		
18.09	П.и. «Пустое место»		
23.09	П.и. «Третий лишний»		
25.09	Прыжки в длину с места.		
30.09	П.и. «Удочка»		
2.10	Прыжки в длину с разбега.		
7.10	Метание мяча.		
9.10	Инструктаж по технике безопасности и правила поведения в разделе подвижные игры.		
14.10	П.и. «Бездомный заяц», «У кого мяч?»		
16.10	П.и. «Мяч капитану», «Защита укрепления».		
21.10	П.и. «Пионербол»		
23.10	П.и. «Охотники и утки»		
25.10	П.и. «Мяч соседу»		
6.11	П.и. «Бросок мяча в колонне»		
8.11	П.и. «Пингвины с мячом»		
11.11	П.и. «Попади в мишень»		
13.11	Инструктаж по технике безопасности и правила		
18.11	поведения в разделе гимнастика. Развитие физического качества – гибкость.		
20.11	Развитие физического качества – сила.		
25.11	Эстафеты с элементами акробатики.		
27.11	Силовые эстафеты.		
2.12	Прыжковые эстафеты.		

Наименование занятия	ОФП	

N₂	Месяц									Но	ябрь	-дека	абрь-	янва	рь									
п/п	Число Ф.И.	25	27	2	4	9	11	16	18	23	1 3	15	20	22	27									
	обучающегос я																							
1	Маникина Дарья					Н																		
2	Шаповал Ольга		Н																					
3	Аксиненко Елисей																							
4	Чаркина Виктория						Н																	
5	Афанасьев Матвей		Н							Н														
6	Храмцов Ярослав																							
7	Гусев Михаил						Н																	L
8	Гурба Анастасия																							
9	Лебедева Софья				Н					Н														
10	Земцов Артем																							
11	Кострюков Никита																							
12	Садоян Виктория																							
13	Саяпин Алексй				Н								Н											
14	Щербаков Александр																							
15	Гурба Василиса		Н																					
16	Шкурин Артем																							
17	Фурманов Александр				Н																			
																								╀
																								\vdash
																								\vdash
																								T
																								T
																								_
																								\vdash
																								\vdash
																								\vdash
																								T
																								L
																								_
									-					-	-									_
	I.	i .	1	1	1	i	i .	1	I .	ı	1	i .	1	i	1	1	1	1	1	1	1	ı	1	1

Ф.И.О. преподавателя _____Вячина Алёна Александровна_____

Дата	Тема занятия	Кол-во	Подпись
25.11	Эстафеты с элементами акробатики.	часов	преподавателя
27.11	Силовые эстафеты.		
2.12	Прыжковые эстафеты.		
4.12	Комбинированные эстафеты.		
9.12	П.и. «Волна»		
11.12	П.и. «У медвеля во бору», «Бой петухов»		
16.12	П.и. «Тройка», «Не урони мешочек»		
18.12	П.и. «Пройди бесшумно», «Петрушка на скамейке»		
23.12	Прием нормативов ОФП.		
13.01	Инструктаж по технике безопасности и правила поведения в лыжной подготовке.		
15.01	Отработка строевых приемов с лыжами и на лыжах.		
20.01	Одновременный двухшажный ход		
22.01	Чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным		
27.01	Повторение чередования ходов.		
			1