



ПЛАН РАЗВИТИЯ ПОД РУКОВОДСТВОМ НАСТАВНИКА

Форма наставничества: «Учитель-ученик»

Ф.И.О., класс/группа наставляемого 11 А и 10 А класс

Ф.И.О. и должность наставника *Петренко Александр Александрович* – учитель физической культуры, тренер

Срок осуществления плана: с «1» сентября 2022 г. по «19» мая 2023 г.

Цель: укрепление здоровья учащихся посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма

Задачи: обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

№ п/п	Мероприятие, задание*	Срок	Планируемый результат
1.	Провести диагностическую, развивающую беседу с наставляемым для уточнения зон развития	7.09.2022	Получена консультация по теме.
2.	Диагностическая, развивающая беседа с наставляемым для планирования зон развития.	14.09.2022	Получена консультация по теме.
3.	Сформировать правила поведения на уроке, тренировке для повышения результативности.	21.09.2022	Совместно с наставником подготовлен план подготовки и проведения тренировки.
4.	Познакомиться с основной и дополнительной литературой, тематическими интернет-ресурсами по развитию личностных качеств, необходимых для достижения спортивных результатов	28.09.2022	Определен перечень литературы, интернет-сайтов для изучения
5.	Освоить эффективные подходы к	5.10.2022	Совместно с

	планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие		наставником отработаны правила игры
6.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	12.10.2022	Совместно с наставником отработаны правила игры
7.	Провести самодиагностику на предмет определения приоритетных направлений развития. Общая физическая подготовка	19.10.2022	Составлен индивидуальный план по общей физической подготовке
8.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной деятельности.	26.10.2022	Отработаны навыки нижней прямой подачи с середины площадки
9.	Формирование специальной ловкости и тренировка управления мячом.	9.11.2022	Отработаны навыки управления мячом
10.	Сформировать игровые навыки Игровые упражнения. Нижняя передача над собой	16.11.2022	Отработаны навыки нижней передачи мяча
11.	Освоить способы верхней передачи мяча над собой.	23.11.2022	Отработаны навыки верхней передачи мяча над собой.
12.	Освоить способы верхней передачи мяча над собой.	30.12.2022	Отработаны навыки верхней передачи мяча над собой.
13.	Разучить способы верхней передачи мяча у стены.	7.12.2022	Отработаны навыки верхней передачи мяча у стены.
14.	Провести самодиагностику на предмет определения зон развития на следующий год	14.12.2022	Определены достижения в спорте. Составлен план работы на следующий год.
15.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	21.12.2022	Совместно с наставником отработаны правила игры
16.	Формирование специальной ловкости и тренировка управления мячом	11.01.2023	Отработаны навыки управления мячом

17.	Освоить способы верхней передачи мяча над собой.	18.01.2003	Отработаны навыки верхней передачи мяча над собой.
18.	Сформировать игровые навыки Игровые упражнения. Нижняя передача над собой	25.01.2023	Отработаны навыки управления мячом
19.	Разучить способы верхней передачи мяча у стены.	1.02.2023	Отработаны навыки управления мячом
20.	Провести самодиагностику на предмет определения зон развития на следующий год	8.02.2023	Определены достижения в спорте. Составлен план работы на следующий год.
21.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной деятельности.	15.02.2023	Отработаны навыки верхней передачи мяча над собой.
22.	Сформировать игровые навыки Игровые упражнения. Нижняя передача над собой	22.02.2023	Отработаны навыки верхней передачи мяча над собой.
23.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	1.03.2023	Совместно с наставником отработаны правила игры
24.	Провести самодиагностику на предмет определения приоритетных направлений развития. Общая физическая подготовка	15.03.2023	Определены достижения в спорте. Составлен план работы на следующий год.
25.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	22.03.2023	Совместно с наставником отработаны правила игры
26.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	12.04.2023	Совместно с наставником отработаны правила игры
27.	Провести самодиагностику на предмет определения зон развития на следующий год	19.04.2023	Определены достижения в спорте. Составлен план работы на следующий год.
28.	Разучить способы верхней передачи мяча у стены.	26.04.2023	Отработаны навыки верхней передачи мяча у

			стены.
29.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	3.05.2023	Совместно с наставником отработаны правила игры
30.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	10.05.2023	Совместно с наставником отработаны правила игры
31.	Освоить эффективные подходы к планированию спортивной, тренировочной деятельности. Правила игры. Игровое занятие	17.05.2023	Совместно с наставником отработаны правила игры