Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Пензенский государственный университет» (ФГБОУ ВО «ПГУ»)

Институт непрерывного образования Многопрофильный колледж

План работы студенческого научного кружка «Я выбираю ЗОЖ» на 2025 - 2026 уч. год

Вид деятельности	Содержание работы	Срок выполнения	Ответственный исполнитель
студентами 1 курса МК ПГУ	2025 г.	Е.А. Соснина	
Заседание	Знакомство с целями и задачами	Сентябрь	А.Р. Парамошкин
	кружка «Я выбираю ЗОЖ».	2025 г.	Е.А. Соснина
	Вводный инструктаж.		
Физические	Занятия по основам физической	Октябрь	А.Р. Парамошкин
занятия	подготовки.	2025 г., по отдельному	1
	подготовки	графику	
Целостно-игровые	Подвижные игры с элементами	Октябрь	А.Р. Парамошкин
занятия	футбола.	2025 г., по отдельному	71.1 . Hapamomkiii
	футоола.	графику	
Пелостно игровне	Подвижные игры с элементами	Октябрь	А.Р. Парамошкин
Целостно-игровые занятия	акробатики.	2025 г., по отдельному	А.1. Парамошкий
	акробатики.	графику	
Физические	Технико-тактические	Ноябрь 2025 г., по	А.Р. Парамошкин
			А.Г. Парамошкин
занятия	упражнения.	отдельному графику	
	Упражнения на различные		
A	группы мышц.	H5 2025	A D. II
Физические	Развитие скоростно-силовых	Ноябрь 2025 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	качеств. Челночный бег - на	отдельному графику	
	результат.		
Физические	Занятия по ОФП (развитие	Ноябрь 2025 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	быстроты).	отдельному графику	71.1. Парамошкий
Физические	Бег.	Декабрь 2025 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	Подвижные игры.	отдельному графику	71.1 . Hapawomkin
Целостно-игровые	Занятия по футболу. Отработка	Декабрь 2025 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	ударов по воротам (удары по	отдельному графику	А.1. Парамошкин
занятия	воротам первым касанием, в	отдельному графику	
	движении, «слета», с обводкой		
	конусов).		
Физические	Занятия по ОФП (развитие силы,	Помобру 2025 г. до	A D. Попомочници
		Декабрь 2025 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	упражнения с метболами и фитболами).	отдельному графику	
	фитоолами).		
Целостно-игровые	Подвижные игры с элементами	Январь 2026 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	футбола. Попадание и передача	отдельному графику	л.г. парамошкин
Sanataa	мяча.	отдельному графику	
Физические	Упражнения на гибкость.	Январь 2026 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	1	отдельному графику	
Физические	Занятия по ОФП. Кроссовая	Январь 2026 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	подготовка.	отдельному графику	1.1. Hapawomkin
Физические	Специальная физическая	Февраль 2026 г., по	А.Р. Парамошкин
занятия	подготовка.	отдельному графику	11.1. Парамошкин
			А. D. Помого
Целостно-игровые	Дриблинг.	Февраль 2026 г., по	А.Р. Парамошкин

занятия		отдельному графику	
Целостно-игровые занятия	Техника ударов с дальней дистанции. Удары ногами.	Февраль 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Физические занятия	Занятия с гимнастическими элементами.	Март 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Физические занятия	Приёмы нападения, самообороны.	Март 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Целостно-игровые занятия	2х сторонняя игра в футбол.	Март 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Физические занятия	Техники защиты.	Апрель 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Физические занятия	Специальная физическая подготовка.	Апрель 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Целостно-игровые занятия	2х сторонняя игра в футбол в определенных условиях.	Апрель 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Физические занятия	Совершенствование изученных приемов.	Май 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Физические занятия	Занятия по основам физической подготовки.	Май 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин
Целостно-игровые занятия	Подвижные игры с элементами футбола.	Май 2026 г., по отдельному графику	А.Р. Парамошкин

Научный руководитель

Тария А.Р. Парамошкин подпись Е.А. Соснина

Педагог-организатор

