



Проект BG05M2OP001-2.011-0001 „Подкрепа за успех“

Приложение № 2

Утвърдил:

(Валери Стоилов)



**ПРОГРАМА И ГРАФИК НА ЗАНИМАНИЯ ПО ИНТЕРЕСИ ПО БОРБА КЛАСИЧЕСКИ СТИЛ
НА ГРУПА С УЧЕНИЦИ ОТ VI ДО XII КЛАС**

№ по ред	Тема	Дата на провеждане	Начален час	Място на провеждане	Брой часове
1	Запознаване с тематичното разпределение. Инструктаж	14.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
2	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на бореца	15.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
3	ТТУ -усъвършенстване на хватки	16.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
4	ОФП - сила и гъвкавост	17.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
5	ТТУ – разучаване на партер	21.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
6	ОФП – изометрия, гъвкавост	22.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
7	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на бореца	23.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
8	ТТУ – разучаване в стойка	24.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ
ЕВРОПЕЙСКИ СТРУКТУРНИ И
ИНВЕСТИЦИОННИ ФОНДОВЕ



ОБЩЕСТВЕНА АГЕНЦИЯ
НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ ЗА
ИНТЕЛИГЕНТЕН РАСТЕЖ

Проект BG05M2OP001-2.011-0001 „Подкрепа за успех“

9	Крос	28.10.2019	15,20	Стадион „Миньор“	1
10	ОФП – сила и гъвкавост	29.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
11	ТТУ – усъвършенстване на коронна хватка	30.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
12	Кръгова тренировка за издръжливост	31.10.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
13	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на бореща	04.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
14	ТТУ - усъвършенстване на хватки	05.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
15	ОФП - сила и гъвкавост	06.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
16	ТТУ – разучаване на партер	07.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
17	ОФП – изометрия, гъвкавост	11.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
18	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на бореща	12.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
19	ТТУ – разучаване в стойка	13.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
20	Крос	14.11.2019	15,20	Стадион „Миньор“	1
21	ОФП – сила и гъвкавост	18.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
22	ТТУ – усъвършенстване на коронна хватка	19.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
23	Кръгова тренировка за издръжливост	20.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1

Проект BG05M2OP001-2.011 „Подкрепа за успех“, финансиран от Оперативна програма „Наука и образование за интелигентен растеж“, съфинансирана от Европейския съюз чрез Европейските структурни и инвестиционни фондове.



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ
ЕВРОПЕЙСКИ СТРУКТУРНИ И
ИНВЕСТИЦИОННИ ФОНДОВЕ



ОБРАЗОВАТЕЛНА ПОЛИТИКА
НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ ЗА
ИНТЕЛИГЕНТЕН РАСТЕЖ

Проект BG05M2OP001-2.011-0001 „Подкрепа за успех“

24	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	21.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
25	ТТУ -усъвършенстване на хватки	25.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
26	ОФП - сила и гъвкавост	26.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
27	ТТУ – разучаване на партер	27.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
28	ОФП – изометрия, гъвкавост	28.11.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
29	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	02.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
30	ТТУ – разучаване в стойка	03.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
31	Крос	04.12.2019	15,20	Стадион „Миньор“	1
32	ОФП – сила и гъвкавост	05.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
33	ТТУ – усъвършенстване на коронна хватка	09.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
34	Кръгова тренировка за издръжливост	10.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
35	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	11.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
36	ТТУ -усъвършенстване на хватки	12.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
37	ОФП - сила и гъвкавост	16.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
38	ТТУ – разучаване на партер	17.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1

Проект BG05M2OP001-2.011 „Подкрепа за успех“, финансиран от Оперативна програма „Наука и образование за интелигентен растеж“, съфинансирана от Европейския съюз чрез Европейските структурни и инвестиционни фондове.



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ
ЕВРОПЕЙСКИ СТРУКТУРНИ И
ИНВЕСТИЦИОННИ ФОНДОВЕ



ОПЕРАТИВНА ПРОГРАМА
НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ ЗА
ИНТЕЛИГЕНТЕН РАСТЕЖ

Проект BG05M2OP001-2.011-0001 „Подкрепа за успех“

39	ОФП – изометрия, гъвкавост	18.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
40	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	19.12.2019	15,20	Зала „Дружба“	1
41	ТТУ – разучаване в стойка	06.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
42	Крос	07.01.2020	15,20	Стадион „Миньор“	1
43	ОФП – сила и гъвкавост	08.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
44	ТТУ – усъвършенстване на коронна хватка	09.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
45	Кръгова тренировка за издръжливост	13.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
46	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	14.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
47	ТТУ -усъвършенстване на хватки	15.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
48	ОФП - сила и гъвкавост	16.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
49	ТТУ – разучаване на партер	20.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
50	ОФП – изометрия, гъвкавост	21.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
51	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	22.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
52	ТТУ – разучаване в стойка	23.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
53	Крос	27.01.2020	15,20	Стадион „Миньор“	1

Проект BG05M2OP001-2.011 „Подкрепа за успех“, финансиран от Оперативна програма „Наука и образование за интелигентен растеж“, съфинансирана от Европейския съюз чрез Европейските структурни и инвестиционни фондове.



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ
ЕВРОПЕЙСКИ СТРУКТУРНИ И
ИНВЕСТИЦИОННИ ФОНДОВЕ



ОБРАЗОВАНИЕТО ПОМОГА ЗА
НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ ЗА
ИНТЕЛИГЕНТЕН РАСТЕЖ

Проект BG05M2OP001-2.011-0001 „Подкрепа за успех“

54	ОФП – сила и гъвкавост	28.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
55	ТТУ – усъвършенстване на коронна хватка	29.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
56	Кръгова тренировка за издръжливост	30.01.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
57	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	03.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
58	ТТУ -усъвършенстване на хватки	04.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
59	ОФП - сила и гъвкавост	06.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
60	ТТУ – разучаване на партер	07.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
61	ОФП – изометрия, гъвкавост	10.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
62	Крос	11.02.2020	15,20	Стадион „Миньор“	1
63	ТТУ – разучаване в стойка	12.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
64	Спортна игра 2 x 20. Упражнения на борца	13.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
65	ОФП – сила и гъвкавост	17.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
66	ТТУ – усъвършенстване на коронна хватка	18.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
67	Кръгова тренировка за издръжливост	19.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
68	ТТУ – разучаване на партер	20.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1

Проект BG05M2OP001-2.011 „Подкрепа за успех“, финансиран от Оперативна програма „Наука и образование за интелигентен растеж“, съфинансирана от Европейския съюз чрез Европейските структурни и инвестиционни фондове.



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ
ЕВРОПЕЙСКИ СТРУКТУРНИ И
ИНВЕСТИЦИОННИ ФОНДОВЕ



ОПЕРАТИВНА ПРОГРАМА
НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ ЗА
ИНТЕЛИГЕНТЕН РАСТЕЖ

Проект BG05M2OP001-2.011-0001 „Подкрепа за успех“

69	ТТУ -усъвършенстване на хватки	24.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
70	Заклучително занимание	25.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
71	Подготовка за междуучилищна дейност	26.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
72	Подготовка за междуучилищна дейност	27.02.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
73	Подготовка за междуучилищна дейност	02.03.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
74	Подготовка за междуучилищна дейност	04.03.2020	15,20	Зала „Дружба“	1
75	Междучилищна дейност	05.03.2020	15,20	Зала „Дружба“	2

Изготвил:


.....
(P. Василев)