

Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение общеобразовательная школа № 8
имени В.И. Севостьянова
города Белореченска

Принята на заседании
школьного методического совета
протокол №1 от 29.08.23г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Волейбол»**

Уровень программы: *стартовый*

Срок реализации программы: *1 год*

Возрастная категория: *от 7 до 17 лет*

Состав группы: *до 15 человек*

Форма обучения: *очная*

Вид программы: *модифицированная*

Программа реализуется на бюджетной основе

Автор-составитель:

Педагог дополнительного образования Иванникова Светлана Аркадьевна

2023-2024 учебный год.

Пояснительная записка

к общеразвивающей программе дополнительного образования детей

«Волейбол» (далее программа).

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определенных знаний и умений. Она ориентирована на развитие компетентности в данной области, формирование навыков на уровне практического применения. Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Волейбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Выбор спортивной игры – волейбол - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя. Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий волейболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия волейболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют

личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности волейбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, волейбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Волейбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Педагогическая целесообразность -позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств,

пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Адресат программы участвуют дети в возрасте от 7 до 17 лет.

Объем и срок реализации программы.

Продолжительность образовательного процесса – 1 год.

Обучение по программе рассчитано на 42 рабочих недели, общее количество учебных часов – 189 часов.

Цель программы: сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в волейбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

По уровню освоения программа **стартовая**, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Отличительные особенности программы

Данная программа является **модифицированной**, так как она разработана на основе типовых программ декоративно-прикладной направленности, с учетом использования различных материалов и технологий, а также способствует расширению и повышению физкультурно-спортивной культуры детей.

Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья учащихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

Условия реализации программы.

1 год – 189 часов из расчета 4,5 часа в неделю (3 раза в неделю - занятия по 1,5 часа=60 минут).

Программой предусматриваются индивидуальные занятия, как с одарёнными детьми, так и с отстающими детьми.

Формы занятий:

- групповая;
- игровая;
- индивидуально-игровая;
- в парах;
- индивидуальная;
- практическая;
- комбинированная;
- соревновательная.

Планируемые результаты освоения программы

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

знать:

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;

- правила игры в волейбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

УМЕТЬ:

- проводить специальную разминку для волейболиста
- овладеют основами техники волейбола;
- овладеют основами судейства в волейболе;
- вести счет;

Разовьют следующие качества:

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в волейбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Воспитательные результаты - основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации. В коллективных играх проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

Виды и формы контроля ЗУН учащихся:

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях по волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Способы проверки ЗУН учащихся:

- начальная диагностика;
- промежуточная диагностика;
- итоговая аттестация.

Формы подведения итогов программы:

- участие в соревнованиях;
- участие в олимпиадах;
- защита творческих работ и проектов.

Материально – техническое обеспечение программы

Для занятий по программе требуется:

спортивный школьный зал 9x18

спортивный инвентарь и оборудование:

1. сетка волейбольная- 2шт.
2. стойки волейбольные
3. гимнастическая стенка- 1 шт.
4. гимнастические скамейки-4шт.
5. гимнастические маты-6шт.
6. скакалки- 15 шт.
7. мячи набивные (масса 1кг)- 3шт.

8. мячи волейбольные – 8 шт.

9. рулетка- 1шт.

Техническое оснащение

- проектор;
- экран;
- видео – диски;
- магнитофон;
- компьютер.

Дидактическое обеспечение программы

- Картотека упражнений по волейболу (карточки).
- Картотека общеразвивающих упражнений для разминки
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в волейболе.
- Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»
- «Правила игры в волейбол».
- «Правила судейства в волейболе».
- Регламент проведения турниров по волейболу различных уровней.

Санитарно – гигиенические требования

Для реализации программы необходимо иметь:

- светлое просторное помещение;
- в кабинете осуществляется влажная уборка и проветривание;
- в наличии имеется аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Кадровое обеспечение программы

Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

Предполагаемые результаты

К концу обучения учащиеся должны:

знать:

- значение утренней гимнастики и правило ее проведения;
- понятие о гигиене и правило ее соблюдения;
- правила соревнований по волейболу;
- гигиенические требования к одежде и спортивной форме.

уметь:

- выполнять прыжки толчком двух ног и толчком одной ноги;
- выполнять повороты вперед и назад с опорой на одну ногу;
- выполнять специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи;
- играть по упрощенным правилам волейбола;
- применять полученные знания в ходе учебной игры.

Приобрести навыки:

- основ техники некоторых упражнений;
- выполнения возрастных нормативов;
- приема водных процедур, воздушных, солнечных ванн.

Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	3	3	
2	Общая физическая подготовка	55	3	52
3	Специальная физическая подготовка	37	2	35
4	Техническая подготовка	23	2	21
5	Тактическая подготовка	23	2	21

6	Интегральная подготовка	23	2	21
7	Учебные игры. Соревнования	23	2	21
8	Итоговое занятие	2	1	1
	Итого:	189	17	172

В пункт 7 (Учебные игры. Соревнования) включены мероприятия по воспитательной работе:

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	«ДЕНЬ ПОЖИЛОГО ЧЕЛОВЕКА»	сентябрь	Соревнование	Фото и видеоматериалы
2.	«Ученик-тренер» (профориентация)	в течение учебного года	Учебное занятие	Фото и видеоматериалы
3.	«Ученик-судья» (профориентация)	в течение учебного года	Учебное занятие	Фото и видеоматериалы
4.	«ДЕНЬ ПОБЕДЫ»	май	Соревнование	Фото и видеоматериалы

Краткое содержание изучаемого материала.

Тема 1: Вводное занятие

Теория: Инструктаж по ТБ. Гигиена волейболиста. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом. Внешний вид, гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом.

История развитие волейбола. Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире. Правила игры в волейбол.

Тема 2: Общая физическая подготовка

Теория: Значение общей физической подготовки спортсмена. Значение ОРУ перед началом тренировки.

Практика: Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Тема 3: Специальная физическая подготовка

Теория: Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов.

Практика: Прыжковые упражнения, имитация нападающего удара, имитация блокирования. Упражнения с набивными и теннисными мячами, развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации. Смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера. Игры и эстафеты с препятствиями. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с

набивным мячом. Необходимые упражнения для выполнения приема и передач мяча. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах, круговые движения кистями, сжимание и разжимание пальцев рук в положении руки вперед, в стороны, вверх. Развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Броски набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Тема 4: Техническая подготовка

Теория: Специальные технические приемы перемещения, подачи, передачи, нападающие удары, блокирование.

Практика: Стойка волейболиста, поза готовности к перемещению и выходу в исходное положение для выполнения технического приема.

Передача мяча сверху двумя руками вверх-вперед (в опорном прыжке) Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача мяча. Передача мяча через сетку в прыжке. Передача мяча двумя руками назад. Прямой нападающий удар. Одиночное блокирование.

Тема 5: Тактическая подготовка

Теория: Научить принимать правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях. Умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия. Умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Практика: Обучение занимающихся тактическим действиям, индивидуальным, групповым, командным, в нападении и защите. Во время игры наблюдение за партнером и соперником. Наблюдение за траекторией полета мяча и умение быстро принять правильное решение, как действовать в данной ситуации. Обратит внимание на расположение игроков на площадке, (в какое место площадки) отправлять мяч, какой игровой прием применить.

Тема 6: Интегральная подготовка

Теория: Система тренировочных воздействий. Физическая, тактическая, техническая подготовка в игровой и соревновательной деятельности.

Практика: Упражнения для решения задач различных видов подготовки. Упражнения на переключение с одних действий на другие, (нападение-защита, защита-нападение, нападение-защита-нападение). Учебные игры с заданием по технике и тактике игры. Игры с установками на игру.

Тема 7: Соревнования

Теория: Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке юных волейболистов. Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Способы проведения соревнований: круговой, с выбыванием, смешанный. Обязанности судей. Содержание работы главной судейской коллегии. Методика судейства.

Практика: Участие в внутри школьных соревнованиях, товарищеских матчах. Участие в районных и городских соревнованиях.

Тема 8: Итоговое занятие.

Теория: Знание правил игры в волейбол.

Практика: Сдача контрольных нормативов по ОФП. Прыжок в длину, прыжок в высоту, метание набивного мяча. Сдача контрольных нормативов по технике игры в волейбол. Подача мяча верхняя и нижняя, передача верхняя и нижняя, нападающий удар.

Основная литература:

1. Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры. - 2-е изд. - М.: Физкультура и спорт, 2005. - 144 с.
2. Беляев А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тренировки. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 184 с.

3. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Волейбол: Учебник для институтов физической культуры. - <http://www.sportlib.ru>.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. - М.:Астрель: АСТ, 2006. - 863 с.
5. Платонов В. Моя профессия - игра. Книга тренера. - СПб., Издательство «Русско-Балтийский информационный центр «БЛИЦ», 2007. - 280 с.
6. Рыбалёва И.А. проектирование и экспертирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: требования и возможность вариативности, Краснодар, Просвещение –Юг, 2019
7. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. - 2-е изд., испр. и доп. - М., 2002. - 480 с.
8. Шнейдер В.Ю. Методика обучения игре в волейбол: Методическое пособие для студентов ФФК. - М., ЧЕЛОВЕК, Олимпия, 2007. - 56 с.

Дополнительная литература:

1. Беляев А.В., Савин М.В. Волейбол: Учебник для вузов ФК. - М., 2002. - 368 с.
2. Волейбол: Учебная программа для детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М., 2005. - 112 с.
3. Современный волейбол. Тренировка. Управление. Тенденции. /Проект: тренерская комиссия ВФВ представляет: выпуск № 1, - М., 2008. - 32 с.
4. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учебник для студ. высш. пед. учеб. завед./Под ред. Железняка Ю.Д., Портнова Ю.М - М., 2004. - 400 с.

5. Спортивные игры: Техника, тактика обучения: Учебник для студ. высш. пед. учеб. завед./Под ред. Железняк Ю.Д., Портнова Ю.М - М., 2001. - 520 с.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

1. Международная Федерация волейбола – «[http:// www.ihf.info](http://www.ihf.info)»
2. Европейская Федерация волейбола – «<http://www.eurohandball.com>»
3. Международный Олимпийский Комитет – «<http://www.olympic.org>»
4. Министерство спорта Российской Федерации «<http://www.minsport.gov.ru>»;
5. Олимпийский Комитет России – «<http://olympic.ru>»
6. Федерация волейбола России – «[http:// www.rushandball.ru](http://www.rushandball.ru)»
7. Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края; «<http://www.kubansport.ru>».

Согласовано
Заместитель директора по ВР
 О.В. Кононова
08 2023 года

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН
ГОРОД БЕЛОРЕЧЕНСК
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8 ИМЕНИ В.И. СЕВАСТЬЯНОВА

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности

«Волейбол»

Учитель: Иванникова Светлана Аркадьевна

Планирование составлено на основе рабочей программы Иванниковой С.А.,
утвержденной педагогическим советом протокол № 1 от 30 августа 2023 г.

Календарный учебный график

по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы оздоровительной направленности

«Волейбол»

Группа 1

Группа 2

Занятия п/п	Дата проведения	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
			всего	теория	практика	
1.	02.09	Комплектование групп.	1,5	1,5		собеседование
2.	04.09	Врачебный контроль, предупреждение травм, оказание первой помощи	1,5	1,5		собеседование
3.	07.09	История развития волейбола. Техника безопасности при выполнении упражнений	1,5	1,5		наблюдение
4.	09.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
5.	11.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
6.	14.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
7.	16.09	Перемещения волейболиста. Основные стойки.	1,5		1,5	наблюдение
8.	18.09	Перемещения волейболиста. Основные стойки.	1,5		1,5	наблюдение
10.	21.09	Перемещения волейболиста. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
11.	23.09	Перемещения волейболиста. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение

12.	25.09	Перемещения волейболиста. Игра в пионербол.	1,5		1,5	наблюдение
13.	28.09	Перемещения волейболиста. Нижняя-прямая подача. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
14.	30.09	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
15.	02.10	Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя передача мяча двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
16.	05.10	Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя передача мяча двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
17.	07.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей»	1,5		1,5	наблюдение
18.	09.10	Верхняя передача после предварительного перемещения вперед, вправо, влево.	1,5		1,5	наблюдение
19.	12.10	Верхняя передача после предварительного перемещения вперед, вправо, влево.	1,5		1,5	наблюдение
20.	14.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей»	1,5		1,5	наблюдение
21.	16.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру	1,5		1,5	наблюдение

22.	19.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача в парах в движении приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
23.	21.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача в парах в движении приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
24.	23.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
25.	26.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
26.	28.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
27.	30.10	Перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
28.	02.11	Перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками	1,5		1,5	наблюдение
29.	04.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
30.	06.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
31.	09.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
32.	11.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение
33.	13.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение

34.	16.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение
35.	18.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
36.	20.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
37.	23.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
38.	25.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
39.	27.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
40.	30.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
41.	02.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
42.	04.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
43.	07.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
44.	09.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

45.	11.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
46.	14.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
47.	16.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
48.	18.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюдение
49.	21.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюдение
50.	23.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюдение
51.	25.12	Прием мяча с подачи. Игра «Подвижная цель».	1,5		1,5	наблюдение
51.	28.12	Прием мяча с подачи. Игра «Подвижная цель».	1,5		1,5	наблюдение
52.	30.12	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол	1,5		1,5	наблюдение
53.	01.01	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
54.	04.01	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол	1,5		1,5	соревнования
55.	06.01	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования

56.	08.01	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
57.	11.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
58.	13.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
59.	15.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
60.	18.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
61.	20.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
62.	22.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
63.	25.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
64.	27.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
65.	29.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
66.	01.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	соревнования
67.	03.02	Эстафета у стены с поворотом на 360°. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	соревнования

68.	05.02	Эстафета.у.эстены.с поворотом на360° Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	
69.	08.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюде ние
70.	10.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюде ние
71.	12.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюде ние
72.	15.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюде ние
73.	17.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюде ние
74.	19.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюде ние
75.	22.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюде ние
76.	24.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюде ние
77.	26.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюде ние
78.	29.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюде ние
79.	02.03	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревно вания
80.	04.03	Эстафеты с	1,5		1,5	соревно

		сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.				вания
81.	07.03	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревно вания
82.	09.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюде ние
83.	11.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюде ние
84.	14.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюде ние
85.	16.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюде ние
86.	18.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюде ние
87.	21.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюде ние
88.	23.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюде ние
89.	25.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюде ние
90.	28.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюде ние
91.	30.03	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюде ние

92.	01.04	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
93.	04.04	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
94.	06.04	Перемещения волейболиста Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
95.	08.04	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
96.	11.04	Перемещения волейболиста Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
97.	13.04	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
98.	15.04	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
99.	18.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
100.	20.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
101.	22.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
102.	25.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
103.	27.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
104.	29.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи	1,5		1,5	наблюдение
105.	02.05	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
106.	04.05	Передачи мяча сверху и снизу	1,5		1,5	наблюдение

		двумя руками в парах, тройках.				
107.	05.05	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
108.	09.05	Эстафета у стены с поворотом на 360°.	1,5		1,5	соревнования
109.	11.05	Эстафета у стены с поворотом на 360°	1,5		1,5	соревнования
110.	13.05	Эстафеты у стены с поворотом на 360°	1,5		1,5	соревнования
111.	16.05	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
112.	18.05	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
113.	20.05	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
114.	23.05	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
115.	25.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
116.	27.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
117.	30.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
119.	01.06	Верхняя передача в парах. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
120.	03.06	«Гонка мячей» Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
121.	06.06	Перемещения волейболиста. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
122.	08.06	Перемещения волейболиста. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

123.	10.06	Верхняя передача мяча двумя руками. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
124.	13.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
125.	15.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
126.	17.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

Согласовано
Заместитель директора по ВР
 О.В. Кононова
08 2023 года

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН
ГОРОД БЕЛОРЕЧЕНСК
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8 ИМЕНИ В.И. СЕВАСТЬЯНОВА

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности

«Волейбол»

Учитель: Руденок Людмила Сергеевна

Планирование составлено на основе рабочей программы Иванниковой С.А.,
утвержденной педагогическим советом протокол № 1 от 30 августа 2023 г.

Календарный учебный график

по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы оздоровительной направленности

«Волейбол»

Группа 3

Занятия п/п	Дата проведения	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
			всего	теория	практика	
1.	02.09	Комплектование групп.	1,5	1,5		собеседование
2.	05.09	Врачебный контроль, предупреждение травм, оказание первой помощи	1,5	1,5		собеседование
3.	06.09	История развития волейбола. Техника безопасности при выполнении упражнений	1,5	1,5		наблюдение
4.	09.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
5.	12.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
6.	13.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
7.	16.09	Перемещения волейболиста. Основные стойки.	1,5		1,5	наблюдение
8.	19.09	Перемещения волейболиста. Основные стойки.	1,5		1,5	наблюдение
10.	20.09	Перемещения волейболиста. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
11.	23.09	Перемещения волейболиста. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение

12.	26.09	Перемещения волейболиста. Игра в пионербол.	1,5		1,5	наблюдение
13.	27.09	Перемещения волейболиста. Нижняя-прямая подача. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
14.	30.09	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
15.	03.10	Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя передача мяча двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
16.	04.10	Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя передача мяча двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
17.	07.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей»	1,5		1,5	наблюдение
18.	10.10	Верхняя передача после предварительного перемещения вперед, вправо, влево.	1,5		1,5	наблюдение
19.	11.10	Верхняя передача после предварительного перемещения вперед, вправо, влево.	1,5		1,5	наблюдение
20.	14.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей»	1,5		1,5	наблюдение
21.	17.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру	1,5		1,5	наблюдение

22.	18.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача в парах в движении приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
23.	21.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача в парах в движении приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
24.	24.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
25.	25.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
26.	28.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
27.	31.10	Перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
28.	01.11	Перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками	1,5		1,5	наблюдение
29.	04.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
30.	07.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
31.	08.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
32.	11.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение
33.	14.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение

34.	15.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение
35.	18.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
36.	21.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
37.	22.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
38.	25.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
39.	28.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
40.	29.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
41.	02.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
42.	05.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
43.	06.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
44.	09.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

45.	12.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюде ние
46.	13.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюде ние
47.	16.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюде ние
48.	19.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюде ние
49.	20.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюде ние
50.	23.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюде ние
51.	26.12	Прием мяча с подачи. Игра «Подвижная цель».	1,5		1,5	наблюде ние
51.	27.12	Прием мяча с подачи. Игра «Подвижная цель».	1,5		1,5	наблюде ние
52	30.12	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол	1,5		1,5	наблюде ние
53.	02.01	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол.	1,5		1,5	соревнова ния
54.	03.01	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол	1,5		1,5	соревнова ния
55.	06.01	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревно вания

56.	09.01	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
57.	10.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
58.	13.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
59.	16.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
60.	17.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
61.	20.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
62.	23.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
63.	24.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
64.	27.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
65.	30.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
66.	31.01	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	соревнования
67.	03.02	Эстафета у стены с поворотом на 360°. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	соревнования

68.	06.02	Эстафета.у.эстены.с поворотом на360° Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	
69.	07.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
70.	10.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
71.	13.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
72.	14.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюдение
73.	17.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюдение
74.	20.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюдение
75.	21.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
76.	24.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
77.	27.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
78.	28.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
79.	02.03	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
80.	05.03	Эстафеты с	1,5		1,5	соревнования

		сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.				вания
81.	06.03	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревно вания
82.	09.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюде ние
83.	12.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюде ние
84.	13.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюде ние
85.	16.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюде ние
86.	19.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюде ние
87.	20.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюде ние
88.	23.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюде ние
89.	26.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюде ние
90.	27.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюде ние
91.	30.03	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюде ние

92.	02.04	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
93.	03.04	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
94.	06.04	Перемещения волейболиста Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
95.	09.04	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
96.	10.04	Перемещения волейболиста Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
97.	13.04	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
98.	16.04	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
99.	17.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
100.	20.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
101.	23.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
102.	24.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
103.	27.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
104.	30.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи	1,5		1,5	наблюдение
105.	01.05	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
106.	04.05	Передачи мяча сверху и снизу	1,5		1,5	наблюдение

		двумя руками в парах, тройках.				
107.	07.05	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
108.	08.05	Эстафета у стены с поворотом на 360°.	1,5		1,5	соревнования
109.	11.05	Эстафета у стены с поворотом на 360°	1,5		1,5	соревнования
110.	14.05	Эстафеты у стены с поворотом на 360°	1,5		1,5	соревнования
111.	15.05	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
112.	18.05	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
113.	21.05	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
114.	22.05	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
115.	25.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
116.	28.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
117.	29.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
119.	01.06	Верхняя передача в парах. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
120.	04.06	«Гонка мячей» Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
121.	05.06	Перемещения волейболиста. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
122.	08.06	Перемещения волейболиста. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

123.	11.06	Верхняя передача мяча двумя руками. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
124.	12.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
125.	15.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
126.	18.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

Календарный учебный график

по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы оздоровительной направленности

«Волейбол»

Группа 4

Занятия п/п	Дата проведения	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
			всего	теория	практика	
1.	02.09	Комплектование групп.	1,5	1,5		собеседование
2.	07.09	Врачебный контроль, предупреждение травм, оказание первой помощи	1,5	1,5		собеседование
3.	08.09	История развития волейбола. Техника безопасности при выполнении упражнений	1,5	1,5		наблюдение
4.	09.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
5.	14.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
6.	15.09	Основные стойки: высокая средняя и низкая.	1,5		1,5	наблюдение
7.	16.09	Перемещения волейболиста. Основные стойки.	1,5		1,5	наблюдение
8.	21.09	Перемещения волейболиста. Основные стойки.	1,5		1,5	наблюдение
10.	22.09	Перемещения волейболиста. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
11.	23.09	Перемещения волейболиста. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение

12.	28.09	Перемещения волейболиста. Игра в пионербол.	1,5		1,5	наблюдение
13.	29.09	Перемещения волейболиста. Нижняя-прямая подача. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
14.	30.09	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
15.	05.10	Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя передача мяча двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
16.	06.10	Стойки и перемещения волейболиста. Верхняя передача мяча двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
17.	07.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей»	1,5		1,5	наблюдение
18.	12.10	Верхняя передача после предварительного перемещения вперед, вправо, влево.	1,5		1,5	наблюдение
19.	13.10	Верхняя передача после предварительного перемещения вперед, вправо, влево.	1,5		1,5	наблюдение
20.	14.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей»	1,5		1,5	наблюдение
21.	19.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача над собой и партнеру	1,5		1,5	наблюдение

22.	20.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача в парах в движении приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
23.	21.10	Перемещения волейболиста. Верхняя передача в парах в движении приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
24.	26.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
25.	27.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
26.	28.10	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
27.	02.11	Перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками.	1,5		1,5	наблюдение
28.	03.11	Перемещения волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками	1,5		1,5	наблюдение
29.	04.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
30.	09.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
31.	10.11	Перемещения волейболиста. Эстафета у стены.	1,5		1,5	соревнования
32.	11.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение
33.	16.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение

34.	17.11	Перемещения волейболиста. Нижняя прямая подача. «Невод».	1,5		1,5	наблюдение
35.	18.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
36.	23.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
37.	24.11	Перемещения волейболиста. Прием мяча с подачи. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
38.	25.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
39.	30.11	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
40.	01.12	Передача мяча с собственного подбрасывания на точность. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
41.	02.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
42.	07.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
43.	08.12	Эстафеты с бегом и прыжками. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
44.	09.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

45.	14.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
46.	15.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
47.	16.12	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
48.	21.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюдение
49.	22.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюдение
50.	23.12	Нижняя прямая подача на точность. Игра «Борьба за мяч»	1,5		1,5	наблюдение
51.	28.12	Прием мяча с подачи. Игра «Подвижная цель».	1,5		1,5	наблюдение
51.	29.12	Прием мяча с подачи. Игра «Подвижная цель».	1,5		1,5	наблюдение
52	30.12	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол	1,5		1,5	наблюдение
53.	04.01	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
54.	05.01	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Пионербол	1,5		1,5	соревнования
55.	06.01	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования

56.	11.01	Эстафеты с бегом и прыжками. Пионербол.	1,5		1,5	соревнования
57.	12.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
58.	13.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
59.	18.01	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
60.	19.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
61.	20.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
62.	25.01	Нижняя прямая подача на точность. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
63.	26.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
64.	27.01	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
65.	01.02	Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
66.	02.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	соревнования
67.	03.02	Эстафета у стены с поворотом на 360°. Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	соревнования

68.	08.02	Эстафета.у.эстены.с поворотом на360° Учебная игра волейбол.	1,5		1,5	
69.	09.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
70.	10.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
71.	15.02	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
72.	16.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюдение
73.	17.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюдение
74.	22.02	Прямой нападающий удар со второй передачи из зоны 3.	1,5		1,5	наблюдение
75.	23.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
76.	24.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
77.	29.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
78.	01.02	прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками в тройках.	1,5		1,5	наблюдение
79.	02.03	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
80.	07.03	Эстафеты с	1,5		1,5	соревнования

		сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.				вания
81.	08.03	Эстафеты с сопротивлением и отягощением. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	соревнования
82.	09.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
83.	14.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
84.	15.03	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
85.	16.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюдение
86.	21.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюдение
87.	22.03	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	наблюдение
88.	23.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
89.	28.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
90.	29.03	Нападающий удар с передачей стоя лицом к нападающему. Учебная игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
91.	30.03	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

92.	04.04	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
93.	05.04	Перемещения волейболиста. Блокирование: одиночное. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
94.	06.04	Перемещения волейболиста Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
95.	11.04	Перемещения волейболиста. Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
96.	12.04	Перемещения волейболиста Игра в три касания.	1,5		1,5	соревнования
97.	13.04	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
98.	18.04	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
99.	19.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
100.	20.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
101.	25.04	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
102.	26.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
103.	27.04	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи.	1,5		1,5	наблюдение
104.	02.05	Нижняя прямая подача. Прием мяча с подачи	1,5		1,5	наблюдение
105.	03.05	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
106.	04.05	Передачи мяча сверху и снизу	1,5		1,5	наблюдение

		двумя руками в парах, тройках.				
107.	09.05	Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в парах, тройках.	1,5		1,5	наблюдение
108.	10.05	Эстафета у стены с поворотом на 360°.	1,5		1,5	соревнования
109.	11.05	Эстафета у стены с поворотом на 360°	1,5		1,5	соревнования
110.	16.05	Эстафеты у стены с поворотом на 360°	1,5		1,5	соревнования
111.	17.05	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
112.	18.05	Тактические действия в защите. Игра в волейбол	1,5		1,5	наблюдение
113.	23.05	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
114.	24.05	Тактические действия в нападении: Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
115.	25.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
116.	30.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
117.	31.05	Верхняя прямая подача. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
119.	01.06	Верхняя передача в парах. Игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
120.	06.06	«Гонка мячей» Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
121.	07.06	Перемещения волейболиста. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
122.	08.06	Перемещения волейболиста. Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение

123.	13.06	Верхняя передача мяча двумя руками. «Салки» приставными шагами.	1,5		1,5	наблюдение
124.	14.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
125.	15.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение
126.	20.06	Верхняя передача над собой и партнеру. «Гонка мячей». Учебная игра в волейбол.	1,5		1,5	наблюдение