

«Согласовано»
« 1 » 09 2020г.

зам. дир. по ВР

Гуззитаева М.Ф.

«Утверждаю»

« 1 » 09 2020г.

Директор МБОУ СОШ п. Притеречного

Тимофеева В.А.

«р. 189»

**Календарный план
Спортивно – массовых мероприятий
Школьного клуба «ТЕРЕК»
Секция «Волейбол»**

Направленность : физкультурно – спортивная

Уровень программы : ознакомительный

Возраст детей : 12 – 18 лет

Срок реализации : 1 год

Автор : учитель физической культуры

Шустрова Евгения Ивановна

П. Притеречный 2020г.

Календарно- тематическое планирование спортивной секции «Волейбол»

№ п.п	Тема занятий	Кол – во часов	Элементы содержания.
1.	Техника перемещений.	4 ч.	Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Стойка волейболиста. Перемещения в стойке волейболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.
2.	Прием. Передача Подача мяча.	6 ч.	Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Передача мяча двумя руками сверху после перемещений. Передачи сверху у стены. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Передача мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча прыжке. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Передачи мяча сверху и снизу с перемещением. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу с подачи. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Верхняя прямая подача. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Верхняя прямая подача. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Верхняя прямая подача. Прием мяча с подачи. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6, в зону 3. Прием мяча с подачи. Учебная игра в волейбол.
		6 ч.	Верхняя прямая подача с вращением. Прием мяча с подачи.

			в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра в в волейбол.
		6 ч.	Верхняя прямая подача в прыжке. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
		6 ч.	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
		8 ч.	Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра в волейбол
3.	Нападающий удар. Блокирование.	8 ч.	Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача в прыжке. Прием мяча с подачи в зону 3. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
		8 ч.	Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
		8 ч.	Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
4.	Тактика игры в нападении.	6 ч.	Индивидуальные тактические действия в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
		6 ч.	Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 2. Учебно – тренировочная игра с заданиями.
		6 ч.	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.
		6 ч.	Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.
5.	Тактика игры в защите	6 ч.	Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.
	Организация и проведение соревнований	6 ч.	Первенство школы по волейболу среди команд юношей и девушек 9-11 классов. Товарищеские встречи между командами близлежащих школ
Итого		144 ч.	

Требования к обучающимся:

Обучающиеся должны знать: