

Коммунальное государственное учреждение
«Общественная школа № 2 п. Атексеевка»
отдела образования по Зерендинскому району
управления образования Акмолинской области»

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Секция

«ВОЛЕЙБОЛ»

Учитель: Мурадиджа Нурсултан Серикович

2022-2023 учебный год

Цель: Создание возможностей разнонаправленному физическому развитию школьников.

Задачи: 1. Обучать технико-тактическим действиям игры в волейбол.

2. Развивать ловкость, силу, точность, быстроту реакции.

3. Воспитывать честность, тренируемость, смелость, взаимопомощь.

№ занятия	Понимание темы занятия и содержание работы	Количество часов	Дата проведения
I четверть – 16 занятий			
1.	Правила по технике безопасности на занятиях спортивных игр. Краткий исторический очерк развития волейбола. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Подвижные игры и эстафеты. Изучение верхней передачи мяча сверху.	2 5.09 8.09	
2	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Подвижные игры и эстафеты. Основные стойки, изучение основных способов перемещений и остановок. Закрепление прыжка передачи мяча сверху. Обучение приему и передаче мяча снизу двумя руками.	2 12.09 15.09	
3	Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Прыжка и передача мяча.	2 19.09 22.09	
4	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом.	2 26.09 29.09	

5	Подводящие игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Введение в начальные игровые ситуации.	2	3 10 6 10
6	Сведения о строении и функциях организма человека. Общая и специальная физическая подготовка. Нижняя и верхняя передачи. Отбавание мяча кулаком через сетку. Введение в начальные игровые ситуации.	2	10 10 13 10
7	Правила игры. Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Подводящие игры и эстафеты.	2	17 10 20 10
8	Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Введение в начальные игровые ситуации. Нижняя боковая подача. Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Подводящие игры и эстафеты.	1	24 10
9	Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Введение в начальные игровые ситуации.	1	27 10

II четверть - 16 занятий			
1.	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм, самоконтроль. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Верхняя передача в прыжке. Подводящие игры и эстафеты. Нижняя боковая подача.	1	7.11
2.	Общая и специальная физическая подготовка. Подводящие игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Введение в начальные игровые ситуации. Нижняя боковая подача. Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Верхняя передача в прыжке. Подводящие игры и эстафеты.	1	10.11
3.	Общая и специальная физическая подготовка. Подводящие игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Верхняя передача в прыжке. Подводящие игры и эстафеты.	1	14.11
4.	Общая и специальная физическая подготовка. Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Подводящие игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Введение в начальные игровые ситуации.	1	17.11

5	ситуации. Нижняя боковая подача. Контрольные испытания по общей физической подготовке. Двухсторонняя контрольная игра.	1	21.11
6	Общая и специальная физическая подготовка. Подводящие игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Введение в начальные игровые ситуации. Нижняя боковая подача.	1	24.11
7	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя и верхняя передачи. Верхняя передача в прыжке. Подводящие игры и эстафеты. Нижняя боковая подача. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	1	28.11
8	Общая и специальная физическая подготовка. Соперническое взаимодействие мяча сверху и снизу. Введение в начальные игровые ситуации. Подводящие упражнения для нападающих действий. Двухсторонняя игра в волейбол. Игры «Пасмурбол», «Перестрелка».	1	1.12
9	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом	1	5.12

	Подводящие игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи.		
10	Введение в начальные игровые ситуации. Подводящие упражнения для нападающих действий. Нижняя боковая подача.	1	8.12
11	Общая и специальная физическая подготовка. Передачи для нападающих действий.	1	12.12
12	Двухсторонняя игра в волейбол в три касания. Игры «Перестрелка», «Пасмурбол».	1	15.12
13	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Нижняя и верхняя передачи. Прямая нижняя подача мяча.	2	19.12 22.12
14	Нападающий удар с собственным покрыванием. Двухсторонняя игра в волейбол. Игры «Охотники и утки», «Пасмурбол», «Перестрелка с капитаном».	2	26.12 29.12

III четверть – 20 занятий			
1.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Подвижные игры и эстафеты. Основные стойки, перемещения и остановки. Низкая и верхняя передача. Введение в начальные игровые ситуации. Низкая боковая и прямая подачи.	1	9.01
2.	Общая и специальная физическая подготовка. Низкая и верхняя передачи. Низкая боковая и прямая подачи. Подводящие упражнения для нападающих действий. Двухсторонняя игра в волейбол. Игры «Охотники и утки», «Волк и овца», «Перестрелка с капитаном».	1	12.01
3.	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Подводящие игры и эстафеты. Техника верхней передачи и прыжков и обманных ударов. Передачи для нападающих действий. Организация и проведение соревнований.	1	16.01
4.	Техника верхней передачи в прыжке и обманных ударов. Передачи для нападающих действий.	1	19.01

	Организация и проведение соревнований.		
5.	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Введение в начальные игровые ситуации. Двухсторонняя игра в волейбол. Подводящие игры и эстафеты.	1	23.01
6.	Введение в начальные игровые ситуации. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты.	1	26.01
7.	Общая и специальная физическая подготовка. Кондровская игра, соревнования.	1	30.01
8.	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Подводящие упражнения для верхней подачи. Обучение разбегу и прыжку для нападающих действий. Верхняя передача над собой и вперёд.	1	2.02
9.	Двухсторонняя игра в волейбол. Обучение разбегу и прыжку для нападающих действий. Верхняя передача над собой и вперёд. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	6.02
10.	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом.	1	9.02

	Основные стойки, перемещения и остановки.		
11	Нижняя и верхняя передачи. Нижняя боковая и прямая подачи. Техника верхней подачи. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	13.02
12	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Обучение разбегу и прыжку для нападающих действий. Введение в начальные игровые ситуации. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты.1	1	16.02
13	Обучение разбегу и прыжку для нападающих действий. Введение в начальные игровые ситуации. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты.1	1	20.02
14	Общая и специальная физическая подготовка. Нижняя и верхняя передачи. Упражнения для обучения блокированию.	1	23.02
15	Нижняя боковая и прямая подачи. Техника верхней подачи. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	27.02
16	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Основные стойки, перемещения и	1	2.03

	остановки.		
17	Нижняя и верхняя передачи. Нижняя боковая и прямая подачи. Техника верхней подачи. Обучение нападающему удару. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	6.03
18	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения в парах с мячом. Техника игры в волейбол. Нижняя передача над собой и за спину. Блокировка нападающего удара. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты.	1	9.03
19	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передачи. Нижняя боковая и прямая подачи. Техника верхней подачи. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	13.03
20	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Введение в начальные игровые ситуации. Обучение нападающему удару. Совершенствование техники верхней подачи мяча. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты.	1	16.03

IV четверть – 19 занятий

1	Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Совершенствование передач мяча. Освоение видов перемещений к мячу. Совершенствование техники нижней (прямой и боковой) подачи мяча. Игры и эстафеты с элементами волейбола. Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	27.03
2	Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Нижняя и верхняя передача. Низкая боковая и прямая подачи. Техника верхней подачи. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	1	30.03
3	Нижняя и верхняя передача. Низкая боковая и прямая подачи. Техника верхней подачи. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	1	3.04
4-5	Общая и специальная физическая подготовка. Упражнения в парах с мячом. Техника игры в волейбол.	2	6.04 10.04
6	Нападающий удар и блокирование.	1	13.04

	Нижняя передача над собой и за спину. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты.		
7-8	Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Совершенствование передач мяча. Совершенствование техники нижней (прямой и боковой) подачи мяча. Игры и эстафеты с элементами волейбола. Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу. Двухсторонняя игра в волейбол.	2	17.04 20.04
9-10	Совершенствование передач мяча. Совершенствование техники низшей (прямой и боковой) подачи мяча. Закрепление техники верхней подачи мяча. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	2	24.04 27.04
11	Контрольные нормативы для оценки технических приёмов. Техника игры в волейбол. Совершенствование техники нападающего удара и постановки блока. Нижняя передача над собой и за спину. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.	1	1.05

12-13	Развитие специальной ловкости и тренировки управления мячом. Основные стойки, перемещения и остановки. Введение и начальные игровые ситуации.	2	4.05 8.05
14-15	Обучение нападающему удару. Совершенствование техники верхней подачи мяча. Двухсторонняя игра в волейбол. Подвижные игры и эстафеты.	2	11.05 15.05
16-17	Инструкторская и судейская подготовка. Контрольная игра, соревнования.	2	18.05 22.05
18	Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. Совершенствование передач мяча. Совершенствование техники нижней (приземной и боковой) подачи мяча.	1	25.05
19	Закрепление техники верхней подачи мяча. Двухсторонняя игра в волейбол в три касания.	1	29.05