

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«УРОЖАЙНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»**  
**СОВЕТСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

Программа соответствует федеральной образовательной программе ООО, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа «Волейбол»**

Срок реализации программы: 2023-2024 г.

**с. Урожайное , 2023**

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов	Дата	
			План	Факт
1.	Вводный инструктаж по ОТ.	1	1.09	
2.	Вводный инструктаж по ОТ.	1	8.09	
3.	Понятие о травмах, их причины и профилактика..	1	15.09	
4.	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль..	1	22.09	
5.	Понятие об утомлении и переутомлении (причины и субъективные и объективные признаки).	1	29.09	
6.	Закаливание организма спортсмена.	1	6.10	
7.	Первая помощь при ушибах, растяжении связок.	1	13.10	
8.	Строевые упражнения.	1	20.10	
9.	Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения.	1	27.10	
10.	Общеразвивающие упражнения с предметами в парах, кругах, шеренгах.	1	10.11	
11	Упражнения с преодолением собственного веса.		17.11	
12	Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).		24.11	
13.	Подвижные игры и эстафеты с мячом.	1	1.12	
14.	Возникновение и развитие волейбола: история развития волейбола в мире и в нашей стране.	1	8.12	
15.	Правила проведения соревнований.	1	15.12	
16.	Спортивная терминология.	1	22.12	
17.	Основные жесты судей.	1	29.12	
18.	Правила судейства.	1	12.01	
19.	Основная стойка игрока.	1	19.01	
20.	Прием мяча.	1	26.01	
21.	Передачи мяча (верхняя, нижняя) на месте и после перемещений.	1	2.02	
22.	Подача мяча (нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая, нижняя боковая).	1	9.02	
23.	Техника защиты и нападения (индивидуальные, групповые и командные действия).	1	16.02	
24.	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	1.03	
25.	Учебно-тренировочные игры.	1	15.03	
26.	Судейство учебных игр и внутренних соревнований.	1	22.03	
27.	Участие в соревнованиях согласно графику проведения районных соревнований по волейболу.	1	5.04	
28.	Участие в соревнованиях согласно графику проведения районных соревнований по волейболу.	1	12.04	

29.	Участие в соревнованиях согласно графику проведения районных соревнований по волейболу.	1	19.04	
30.	Сдача контрольных тестов и нормативов	1	26.04	
31.	Сдача контрольных тестов и нормативов	1	30.04	
32.	Сдача контрольных тестов и нормативов	1	17.05	
33.	Подведение итогов	1	24.05	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>33</b>		