



Календарно – тематическое планирование

№ занятия	Кол-во часов	Тема занятия
1.	3	1. Техника безопасности на занятиях по спортивным играм. 2. Перемещения и стойка волейболиста. 3. Передача мяча двумя руками сверху.
2.	3	1. ОФП. 2. Перемещения и стойка волейболиста.
3.	3	1. Передача мяча двумя руками сверху. 2. Подвижные игры с элементами волейбола.
4.	3	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 3. Введение в начальные игровые ситуации.
5.	3	1. Развитие быстроты перемещения.
6.	3	1. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.

	3	1. ОФП. 2. Подвижные игры и эстафеты.
1.	3	1. Передача и прием мяча сверху двумя руками после перемещений.
2.	3	1. Техника приема и передачи мяча снизу двумя руками. Подвижные игры с элементами волейбола.
3.	3	1. Передача мяча сверху двумя руками в средней и низкой стойках и после перемещения.
4.	3	1. ОФП. 2. Прием и передача мяча двумя руками снизу.
5.	3	1. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.
6.	3	1. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.
7.	3	1. СФП. 2. Подвижные игры с элементами волейбола.
8.	3	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 3. Введение в начальные игровые ситуации.
9.	3	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Введение в начальные игровые ситуации.
10.	2	1. Развитие быстроты и прыгучести. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. 3. Введение в начальные игровые ситуации.
11.	2	1. Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. 2. Нижняя прямая подача.
12.	2	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками.

13.	2	2.Подвижные игры с элементами волейбола
14.	2	1. Развитие быстроты и прыгучести 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. 3. Нижняя прямая подача.
15.	2	1. Физическая подготовка. 2. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками..
16.	2	1. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча
17.	2	1. Нижняя прямая подача. 2. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом. 3.Введение в начальные игровые ситуации.
18.	2	1. Нижняя прямая подача мяча. 2.Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. 3. Введение в начальные игровые ситуации.
19.	2	1. Нижняя прямая подача мяча. 2.Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами.
20.	2	1.Подвижные игры и эстафеты.
21.	2	1.Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях.
22.	2	1.ОФП. 2.Нижняя прямая подача.
23.	2	1.Передача мяча двумя руками сверху на месте через сетку. 2.Игра «Пионербол» с элементами волейбола.
24.	2	1.Нижняя прямая подача
25.	2	1.Передача мяча над собой. 2.Передача мяча двумя сверху у стены.
26.	2	1. Стойки и перемещения.
27.	2	1.Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения различными способами. 2. Введение в начальные игровые ситуации. 3.Игра «Пионербол» с элементами волейбола.

28.	2	1.Передача мяча двумя руками сверху через сетку с перемещением. 2.Нижняя прямая подача. 3. Игра «Пионербол» с элементами волейбола
29.	2	1. Введение в начальные игровые ситуации. 2. Стойки и перемещения.
30.	2	1.Передача мяча двумя сверху у стены. Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.
31.	2	1.ОФП.
32.	2	1.Передача мяча двумя руками сверху и снизу через сетку с перемещением. 2. Нижняя прямая подача.
33.	2	1.Игра «Пионербол» с элементами волейбола
34.	2	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. 2.Прием подачи. 3.Введение в начальные игровые ситуации.
35.	2	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника. 2.Прием подачи. 3.Введение в начальные игровые ситуации.
36.	2	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника.
37.	2	1.Прием подачи. 2.Введение в начальные игровые ситуации.
38.	2	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника.
39.	2	1.Прием подачи. 2.Введение в начальные игровые ситуации.
40.	2	1.Прием и передача мяча. 2.Нижняя прямая подача по указанным зонам.
41.	2	1.ОФП.
42.	2	1.Прием и передача мяча. 2.Нижняя прямая подача по указанным зонам. 3.Эстафеты.
43.	2	1.Развитие силовой выносливости. 2.Прием и передача мяча.
44.	2	1.Нижняя прямая подача по указанным зонам.

45.	2	1.Развитие скорости
46.	2	1.Прием и передача мяча. 2.Нижняя прямая подача по указанным зонам.
47.	2	1.Общая и специальная подготовка. 2.Прием подачи.
48.	2	1.Нижняя прямая подача по указанным зонам.
49.	2	1. Обучение защитным действиям. 2.Учебная игра
50.	2	1. Совершенствование навыков нижней подачи. 2.Учебная игра
51.	2	1.Защитные действия. 2. Подводящие упражнения для нападающих действий. 3.Учебная игра.
52.	2	1.Учебная игра.
53.	2	1. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением.
54.	2	1. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением.
55.	2	1. Развитие прыгучести. 2.Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча.
56.	2	1.Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением.
57.	2	1. Прямой нападающий удар. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением.
58.	2	1. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.
59.	2	1. Прямой нападающий удар 2.Учебная игра.
60.	2	1.Навыки приема и передачи мяча после перемещений и падения.
61.	2	1.Контрольное испытание по общей физической подготовке.

62.	2	1.Двухсторонняя контрольная игра.
63.	2	1.Развитие специальной ловкости.
64.	2	1.Упражнения для обучения блокированию. 2.Учебная игра
65.	2	1.Нападающий удар по неподвижному мячу.
66.	2	1.Упражнения для обучения блокированию. 2. Учебно – тренировочная игра в волейбол.
67.	2	1.Прямой нападающий удар.
68.	2	1.Одиночное блокирование. 2.Учебно – тренировочная игра.
69.	2	1. Развитие прыгучести . 2 Учебно – тренировочная игра.
70.	2	1. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.
71.	2	1.Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу.
72.	2	1.Одиночное блокирование. 2.Двухсторонняя игра.
73.	2	1.Совершенствование нападающего удара и приёма мяча снизу.
74.	2	1.Одиночное блокирование. 2.Двухсторонняя игра.
75.	3	1. Совершенствование навыков блокирования. 2. Совершенствование навыка прямого нападающего удара.
76.	3	1. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.
77.	3	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий.
78.	3	1.Учебно – тренировочная игра
79.	3	1.ОФП. 2 Совершенствование навыков защитных действий.

80.	3	1.Учебная игра
81.	3	1.Круговая тренировка на развитие силовых качеств.
82.	3	1.Приемы и передачи мяча. 3.Учебная игра
83.	3	1.Развитие силовых качеств посредством подвижных игр с элементами волейбола.
84.	3	1. Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры.
85.	3	1.Круговая тренировка на развитие силовых качеств.
86.	3	1. Совершенствование навыков защитных действий .
87.	3	1. Совершенствование техники нижней прямой подачи. 2. Обучение командным тактическим действиям в нападении.
88.	3	1.Эстафеты с различными видами спортивных игр.
89.	3	1. Совершенствование прямого нападающего удара. 2.Развитие прыгучести
90.	3	1.Совершенствование техники нападающего удара и постановки блока.
91.	3	1.Двухсторонняя игра в волейбол. 2.Подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола.
92.	3	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. 2.Учебно – тренировочная игра
93.	3	1.Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач. 2.Учебно-тренировочная игра
94.	3	1.Развитие силовых качеств. 2.Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.
95.	3	1. Совершенствование навыков защитных действий и действия в нападении посредством учебно-тренировочной игры.

96.	3	1.Круговая тренировка на развитие силовых качеств.
97.	3	1. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча. 2. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. 3. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.
98.	3	1. Передачи мяча сверху и снизу двумя руками в разные зоны соперника.
99.	3	1.Прием подачи. 2.Учебно – тренировочная игра.
100.	3	1.Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.
101.	3	1. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 3.Учебная игра
102.	3	1.Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.
103.	3	1. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.
104.	3	1.Развитие силовых качеств посредством подвижных игр с элементами волейбола.
105.	3	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий.
106.	3	1.Контрольное испытание по общей физической подготовке. 2.Двухсторонняя контрольная игра.
107.	3	1.Групповые тактические действия в нападении. 2.Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.
108.	3	1.Развитие силовых качеств. 2.Учебно-тренировочная игра с тактическими действиями в защите и нападении.
109.	3	1.Групповые тактические действия в нападении. 2.Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.
110.	3	1.Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий.
111.	3	1. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. 2.Учебная игра
112.	3	1.Итоговое занятие.

113.	3	1.Двухсторонняя игра
------	---	----------------------

Список литературы

1. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 77с.: ил. – (Работаем по новым стандартам).
2. Волейбол в школе. Пособие для учителя/В.А. Голомазов, В.Д. Ковалёв, А.Г. Мельников. – М.: «Просвещение», 1976. 111с.
3. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5–9 классы: проект. (Стандарты второго поколения). – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2014. 61с.
4. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
5. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
6. 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.: Академия, 2001.

7. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2010г. Раздел 3. X-XI классы. Часть1. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (X-XI классы). Волейбол (юноши и девушки). Часть111. Внеклассная работа. Спортивные секции. Волейбол. (Авторы программы: доктор педагогических наук В.И.Лях и кандидат педагогических наук А.А. Зданевич).