# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Юный волейболист» 1 год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Количество часов | Дата проведения | Дистанционный образовательный ресурс |
|  | История возникновения волейбола. | 2 | 1 неделя сентября | <https://football-match24.com/istoriya-volejbola-kratko-vozniknovenie-i-razvitie-igry.html>  |
|  | Техника безопасности на занятиях волейболом. Подвижные игры. | 2 | 2 неделя сентября | <https://mydocx.ru/10-59734.html> <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. ОФП. Перемещение. Пионербол. | 2 | 3 неделя сентября | <https://yandex.ru/images/search?text=%D0%93%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0%20%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%B6%D0%B4%D1%8B%20%D0%B8%20%D0%BE%D0%B1%D1%83%D0%B2%D0%B8%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%20%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B8%D1%8F%D1%85%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%BC&stype=image&lr=2&source=wiz> <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Права и обязанности игроков. Состав команды, замена игроков. Передача сверху двумя руками над собой. | 2 | 4 неделя сентября | <https://yandex.ru/video/preview?text=%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0%20%D0%B8%20%D0%BE%D0%B1%D1%8F%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%20%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%B2%20%D0%B2%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1600087257938099-1789792165419058124200111-production-app-host-man-web-yp-328&wiz_type=v4thumbs&filmId=16068598042607558879> <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Передача двумя руками сверху после перемещения. Учебная игра. Эстафеты. | 2 | 1 неделя октября | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору)<https://yandex.ru/video/preview?text=%D0%9F%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B0%20%D0%B4%D0%B2%D1%83%D0%BC%D1%8F%20%D1%80%D1%83%D0%BA%D0%B0%D0%BC%D0%B8%20%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%85%D1%83%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B5%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%B2%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1600087385814633-1570941333540461141500277-production-app-host-vla-web-yp-74&wiz_type=v4thumbs&filmId=11785932288813115345>  |
|  | ОФП. Упражнения в передачах после перемещения. Учебная игра. | 2 | 2 неделя октября | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Прием мяча снизу двумя руками. Совершенствование техники передачи сверху после перемещения. | 2 | 3 неделя октября |  <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору)<https://yandex.ru/video/preview?text=%D0%9F%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D1%87%D0%B0%20%D0%B4%D0%B2%D1%83%D0%BC%D1%8F%20%D1%80%D1%83%D0%BA%D0%B0%D0%BC%D0%B8%20%D1%81%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%85%D1%83%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B5%20%D0%BF%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BC%D0%B5%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%20%D0%B2%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1600087385814633-1570941333540461141500277-production-app-host-vla-web-yp-74&wiz_type=v4thumbs&filmId=11785932288813115345>  |
|  | Перемещения. Чередование способов. Учебная игра по упрощенным правилам. | 2 | 4 неделя октября | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  |  Упражнения в перемещениях и передаче мяча. | 2 | 1 неделя ноября | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Прием мяча, наброшенного партнером. Передача через сетку. Подвижная игра «Два мяча». | 2 | 2 неделя ноября | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Закрепление техники передачи мяча сверху двумя руками. Подвижная игра «Вызов номеров». | 2 | 3 неделя ноября | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | СФП. Совершенствование техники передачи мяча сверху двумя руками. Подвижная игра «Охотники и утки». | 2 | 4 неделя ноября | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Упражнения в перемещениях и передачах мяча. Подвижная игра «Два мяча». | 2 | 1 неделя декабря | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Права и обязанности игроков. Расстановка игроков. Прием мяча снизу, наброшенного партнером. Пионербол. | 2 | 2 неделя декабря | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору)<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4468889528314820091&text=%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0+%D0%B8+%D0%BE%D0%B1%D1%8F%D0%B7%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8+%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%B2.+%D0%A0%D0%B0%D1%81%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BA%D0%B0+%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%B2>.+  |
|  | Перемещения: чередование способов. Передача: с набрасыванием партнером через сетку. Многократные передачи в стену. | 2 | 3 неделя декабря | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | ОФП. Многократные передачи в стену. Прием: снизу, мяча наброшенного партнером. То же, мяч набрасывается через сетку. Подвижные игры. | 2 | 4 неделя декабря | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | ОФП. Передачи в стену, в парах в зонах 6-3, 4-3, 2-3. Подвижная игра «Передал – садись!». | 2 | 2 неделя января | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Передача: в парах через сетку, в треугольнике. Прием снизу у стены. | 2 | 3 неделя января  | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Передача в парах через сетку, в треугольнике. Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя прямая подача с 3-6 метров. | 2 | 4 неделя января  | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Передача и прием в зонах 6,3,4 по обе стороны сетки. Закрепление техники нижней прямой подачи. Пионербол. | 2 | 1 неделя февраля  | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору)<https://tvou-voleyball.ru/obuchenie/nizhnyaya-podacha-v-volejbole/>  |
|  | ОФП. Совершенствование техники нижнего приема мяча. Передача в парах. Пионербол. | 2 | 2 неделя февраля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Подача через сетку с 5-6 метров. Прием подачи (снизу двумя руками) и передача в зону 3 – 4 - через сетку. | 2 | 3 неделя февраля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  |  СПФ. Закрепление техники приема и передачи мяча в парах, через сетку. Пионербол. | 2 | 4 неделя февраля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Передачи. Закрепление техники подачи мяча. | 2 | 1 неделя марта  | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору)<https://tvou-voleyball.ru/obuchenie/nizhnyaya-podacha-v-volejbole/>  |
|  | Передача и прием в зонах 6,3,4 по обе стороны сетки. Закрепление техники выполнения подачи. Пионербол. | 2 | 2 неделя марта | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Упражнения в перемещениях и передачах мяча. Подвижные игры. | 2 | 3 неделя марта | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Упражнения в передачах мяча. Игра « Пионербол»  | 2 | 4 неделя марта | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Передачи и прием мяча. Упражнения в парах. Передача мяча через сетку. Подвижные игры. | 2 | 1 неделя апреля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Техника безопасности на занятиях волейболом. ОФП. Передачи и прием в парах и через сетку. Нижняя подача. | 2 | 2 неделя апреля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору)<https://tvou-voleyball.ru/obuchenie/nizhnyaya-podacha-v-volejbole/>  |
|  | Закрепление техники подачи мяча. Прием и передача мяча. | 2 | 3 неделя апреля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Учебная игра в волейбол. ОФП. | 2 | 4 неделя апреля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Передача и прием в парах, тройках. Подача мяча через сетку. | 2 | 4 неделя апреля | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Передача в стенку, в парах, в колоннах через сетку. | 2 | 1 неделя мая | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Эстафеты с включением различных способов движения. Учебная игра. | 2 | 2 неделя мая | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Перемещения. Передача: во встречных колоннах. Учебная игра. | 2 | 3 неделя мая | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | Двусторонняя игра по правилам волейбола. | 2 | 4 неделя мая | <https://animego.org/anime/voleybol-256> (см. серии по выбору) |
|  | **ИТОГО:** | **72 часа** |  |  |