

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Никольская средняя общеобразовательная школа»
Лаишевского муниципального района
Республики Татарстан**

Календарно-тематическое планирование

«ВОЛЕЙБОЛ»

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Волков Сергей Николаевич

Год составления: 2022 г.

Календарно-тематическое планирование

68 ч.

№ п/п	Наименование раздела и темы	Кол-во часов	Дата		Форма занятий	Форма контроля
			план	факт		
1	Стартовая стойка (в технике нападения и защиты). Ходьба, бег (особенно при игре в нападении и защите), перемещения.	1	01.09		Тренировка	
2	Перемещение приставными шагами: лицом вперед, правым, левым боком вперед, спиной вперед.	1	01.09		Тренировка	Зачет
3	Двойной шаг вперед, назад, скакок. Остановка шагом, прыжком (в нападении, защите).	1	8.09		Тренировка	
4	Прыжки в нападении и защите.	1	8.09		Тренировка	Зачет
5	Передача мяча сверху двумя руками в стенку; вверх - вперед	1	15.09		Тренировка	
6	Многократная передача мяча сверху двумя руками над собой.	1	15.09		Тренировка	Зачет
7-8	Отбивание мяча через сетку в непосредственной близости от неё, стоя на площадке и в прыжке.	2	22.09		Тренировка Тренировка	
9	Приём мяча сверху двумя руками.	2	29.09		Тренировка	
10	Выбор места для выполнения второй передачи.	2	6.10		Тренировка	Зачет
11-12	Сочетание способов перемещений.	1	13.10		Тренировка	
13	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 3.	1	13.10		Тренировка	
14	Взаимодействие игрока зоны 4	2	20.10		Тренировка	

	с игроком зоны 3.					
15-16	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2.	1	27.10		Тренировка	
17	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4.	1	27.10		Тренировка	
18	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 4.	2	3.11		Тренировка	
19-20	Нижняя прямая подача.	2	10.11		Тренировка	
21-22	Выбор места для выполнения подачи.	1	17.11		Тренировка	Зачет
23	Приём нижней прямой подачи снизу двумя руками.	1	17.11		Тренировка	
24	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 4 при второй передаче.	1	24.11		Тренировка	
25	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроком зоны 2 при второй передаче.	1	24.11		Тренировка	
26-27	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 4 при второй передаче.	2	1.12		Тренировка	
28	Взаимодействие игрока зоны 4 с игроком зоны 3 при второй передаче.	1	8.12		Тренировка	
29	Взаимодействие игрока зоны 2 с игроком зоны 3 при второй передаче.	1	8.12		Тренировка	
30-31	Выбор места при приёме нижней прямой подачи	2	15.12		Тренировка Тренировка	Зачет
32-33	Верхняя прямая подача.	2	22.12		Тренировка Тренировка	
34-35	Передача мяча двумя руками сверху для нападающего удара.	2	5.01		Тренировка Тренировка	
36-37	Взаимодействие игрока зоны 1 с игроком зоны 6.	2	12.01		Тренировка Тренировка	
38-39	Взаимодействие игрока зоны 5	2	19.01		Тренировка	

	с игроком зоны 6.				Тренировка	
40-41	Взаимодействие игрока зоны 6 с игроком зоны 5,1	2	26.01		Тренировка Тренировка	
42-43	Сочетание способов перемещений с техническими приёмами.	2	2.02		Тренировка Тренировка	Зачет
44-45	Падения и перекаты после падения.	2	9.02		Тренировка Тренировка	
46-47	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой из зоны 4.	2	16.02		Тренировка Тренировка	
48-49	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой из зоны 2.	2	23.02		Тренировка Тренировка	
50	Прямой нападающий удар по ходу сильной рукой из зоны 3.	1	2.03		Тренировка Тренировка	Зачет
51	Чередование способов подач.	1	2.03		Тренировка	
52	Выбор места для выполнения нападающего удара	1	9.03		Тренировка	Зачет
53	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи у сетки.	1	9.03		Тренировка	
54	Приём подачи и направление мяча в зону 2; вторая передача в зону 3 и 4.	1	16.03		Тренировка Тренировка	
55	Приём подачи и направление мяча в зону 4; вторая передача в зону 3.	1	16.03		Тренировка	
56	Передача двумя руками в прыжке.	1	23.03		Тренировка	Зачет
57	Чередование способов подач.	1	23.03		Тренировка	
58	Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу (в зонах 4, 3,2).	1	30.03		Тренировка	

59	Выбор места при блокировании. Определение времени для отталкивания при блокировании и своевременного выноса рук над сеткой.	1	30.03		Соревнование	Соревнование
60	Приём мяча снизу одной рукой (правой, левой), ногой (в сложных условиях).	1	6.04		Тренировка	
61	Подача мяча в заданную зону. Выбор места при страховке партнера, принимающего мяч.	1	13.04		Тренировка	
62	Передача нападающему, к которому связующий стоит спиной.	1	20.04		Тренировка	
63	Нападающий удар с задней линии.	1	27.04		Тренировка	
64	Прием мяча снизу двумя руками и одной с падением вперед на руки и перекатом на грудь-живот.	1	4.05		Тренировка	
65	Сдача контрольных нормативов.	1	11.05		Тренировка	Зачет
66	Учебная игра.	1	18.05		Соревнование	Соревнование
67-68	Резервное время	2	25.05			