

Қаралды
ӘБ отырысында
Хаттама № 1
ӘБ жетекшісі
Абдыгаипов Н.Н. 
26.08.2022

Келісемін
директордың ТЛК
орынбасары
Сулейменова А.А. 
26.08.2022

Бекітемін:
Нұр-Сұлтан қаласы
Әкімдігінің № 44-ОМ КММ
директоры
Құлтаева Л.М. 
26.08.2022



Күнтізбелік – тақырыптық жоспар
Календарно – тематическое планирование

Секция: **Волейбол**
Мұғалім: **Соловьева Т.А**
Жыл бойы сағат саны: **68**
Аптасына **2 сағат**

Тақырыптық жоспарды құрастырған/ Тематическое планирование составил:

Мұғалімнің аты-жөні/ Соловьева Т.А.

Календарно - тематическое планирование секции «ВОЛЕЙБОЛИСТ».

СШ № 44 г. Нур-Султан. /девушки/.

2022-2023 учебный год

№ занятия	Тема	Сроки
1	Организационные моменты	03.09
2	Физическая подготовка. Обучение перемещением волейболиста. Обучение верхней передаче мяча двумя руками.	04.09
3	Физическая подготовка. Обучение перемещением волейболиста. Обучение верхней передаче мяча двумя руками.	10.09
4	Развитие быстроты перемещения. Обучение верхней передаче. Обучение нижней прямой подаче.	11.09
5	Обучение верхним передачам в средней и низкой стойках и после перемещения. Обучение нижней прямой подаче.	17.09
6	Обучение верхней передаче после перемещений. Обучение нижней прямой подаче. Изучение тактики первых и вторых передач.	18.09
7	Обучение приему мяча с подачи. Обучение верхней передаче. Обучение нижней подаче. Ознакомление с основными правилами игры в волейбол.	24.09
8	Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. Обучение приему мяча с подачи. Тактика первых и вторых передач	25.09
9	Обучение приему и передаче мяча сверху двумя руками. Обучение приему мяча сверху с подачи. Тактика первых и вторых передач.	01.10
10	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху. Совершенствование навыков нижней прямой подачи. Физическая подготовка.	02.10
11	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков подачи (на точность). Физическая подготовка.	08.10
12	Краткий обзор развития волейбола	09.10
13	Развитие быстроты и прыгучести. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками.	15.10

	Совершенствование навыков подачи.	
14	Скоростно-силовая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи.	16.10
15	Совершенствование навыков перемещения. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней подачи и приема мяча с подачи.	22.10
16	Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками.	23.10
17	Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Тактика вторых передач.	29.10
18	Физическая подготовка. Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Совершенствование навыков нижней прямой подачи мяча.	30.10
19	Физическая подготовка. Ознакомление с техникой легкоатлетических упражнений.	12.11
20	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху двумя руками. Ознакомление с прямым нападающим ударом.	13.11
21	Прием и передача сверху. Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару.	19.11
22	Физическая подготовка. Ознакомление с техникой легкоатлетических движений.	20.11
23	Совершенствование навыка верхней передачи. Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару.	26.11
24	Верхние передачи. Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару.	27.11
25	Обучение приему мяча снизу двумя руками. Обучение прямому нападающему удару. Обучение верхней прямой подаче.	03.12
26	Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение верхней прямой подаче. Обучение прямому нападающему удару.	04.12
27	Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками и второй передачи. Обучение верхней прямой подаче. Обучение прямому нападающему удару. Ознакомление с передачей мяча с низу.	10.12
28	Физическая подготовка. Ознакомление с техникой игры в волейбол.	11.12
29	Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Совершенствование навыков верхней прямой подачи.	18.12

	Совершенствование навыков прямого нападающего удара.	
30	Обучение верхней передаче мяча назад, за голову. Обучение приему мяча сверху двумя руками с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. Совершенствование навыков прямого нападающего удара.	24.12
31	Физическая культура и спорт в Казахстане. Понятие о физической культуре и спорте. 30 летние олимпийские игры в Лондоне	25.12
32	Обучение верхней передаче мяча назад. Обучение приему мяча сверху с падением и перекатом на бедро и спину. Совершенствование навыков приема мяча от верхней прямой подачи. Совершенствование навыка прямого нападающего удара.	14.01
33	Совершенствование навыков приема и передачи мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение приему мяча сверху с последующим падением. Совершенствование навыков верхней прямой подачи.	15.01
34	Физическая подготовка. Ознакомление с техникой гимнастических движений.	21.01
35	Совершенствование навыков приема мяча сверху и снизу двумя руками. Обучение приему мяча сверху с падением и перекатом в сторону на бедро и спину. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.	22.01
36	совершенствование приемов с учетом возможных игровых функций.	28.01
37	Совершенствование навыков второй передачи. Обучение защитным действиям. Изучение индивидуальных тактических действий в нападении.	29.01
38	Теоретические занятия. Тема. Гигиена волейболиста. Правила игры в волейбол.	04.02
39	Обучение защитным действиям. Совершенствование навыков нижней и верхней прямой подачи. Совершенствование навыков нападающего удара.	05.02
40	Физическая подготовка. Ознакомление с техникой игры в волейбол.	11.02
41	Совершенствование навыков второй передачи. Совершенствование навыков приема мяча снизу и сверху с падением. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	12.02
42	Совершенствование навыков изученных технических приемов в	18.02

	игровой обстановке.	
43	Физическая подготовка. Ознакомление с техникой гимнастических движений.	19.02
44	Совершенствование навыков второй передачи. Обучение передаче мяча в прыжке. Обучение групповым тактическим действиям в нападении.	25.02
45	Игровая тренировка.	26.02
46	Физическая подготовка. Обучение акробатическим упражнениям и технике баскетбола.	04.03
47	Обучение одиночному блокированию. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.	05.03
48	свободный урок	11.03
49	Физическая подготовка. Обучение акробатическим упражнениям и технике баскетбола.	12.03
50	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий в нападении.	01.04
51	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево. Тактика первых и вторых передач.	02.04
52	Физическая подготовка. Обучение акробатическим и гимнастическим упражнениям.	08.04
53	Обучение одиночному блокированию. Обучение нападающему удару с переводом влево. Обучение групповым тактическим действиям в защите.	09.04
54	Совершенствование навыков блокирования. Совершенствование навыка прямого нападающего удара. Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении.	15.04
55	Физическая подготовка. Обучение акробатическим упражнениям и технике игры в баскетбол.	16.04
56	Самостоятельные занятия по индивидуальным заданиям (свободный урок). Устранение недостатков в овладении техникой игры в волейбол.	22.04
57	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование навыков нападающего удара—тактика нападающего удара. 3. Индивидуальные тактические действия в защите.	23.04
58	Игровая тренировка. Особое внимание уделяется индивидуальным и групповым тактическим действиям. После разминки даются упражнения по тактике, где в игровой обстановке, специально создаваемой, совершаются тактические	29.04

	действия.	
59	Совершенствование навыков передачи мяча в прыжке. Совершенствование навыков подачи мяча. Совершенствование навыков нападающего удара. Индивидуальные тактические действия в защите.	30.04
60	Игровая тренировка. Самостоятельная разминка без мяча и с мячом. Двусторонняя игра 6х6, затем уменьшенными составами— 4Х4.	06.05
61	Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. Совершенствование навыка прямого нападающего удара.	07.05
62	Теоретические занятия. Влияние физических упражнений на организм человека	13.05
63	Игровая тренировка. В учебной игре дать задание применять изученные индивидуальные и групповые тактические действия в нападении и защите.	14.05
64	1. Обучение групповым тактическим действиям в защите. 2. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и на спину. 3. Совершенствование навыков одиночного блокирования.	20.05
65	Совершенствование навыков первых и вторых передач. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. Обучение командным тактическим действиям в защите.	21.05
66	Совершенствование навыков первых и вторых передач. Обучение приему мяча снизу одной рукой с последующим падением и перекатом в сторону на бедро и спину. Обучение командным тактическим действиям в защите.	27.05
67	Совершенствование навыков защитных действий. Совершенствование техники верхней прямой и нижней прямой подач. Обучение командным тактическим действиям в нападении.	28.05
68	Игровая тренировка. Основное внимание уделить применению в игре групповых тактических действий в защите и нападении.	28.05