

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
«СЕВАСТОПОЛЬСКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»**



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУПО «СТЭТ»

В.Г. Арвеладзе

2018 г.

**Учебно-тематический план работы
кружка «ВОЛЕЙБОЛ»**

| № п/п | Наименование разделов, тем | Кол-во часов |
|-------|--|--------------|
| | Вводное занятие | 2 |
| I | Тема: «Техника перемещений.» | 8 |
| | Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Стойка волейболиста. Перемещения в стойке волейболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. | |
| II | Тема: «Передача Подача мяча» | 17 |
| | Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Передача мяча двумя руками сверху после перемещений. Передачи сверху у стены. Передача мяча двумя руками сверху во встречных колоннах с переходом в конец противоположной колонны. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя снизу. Учебная игра в волейбол. Передачи мяча сверху стоя спиной к цели. Передачи мяча в прыжке. Прием мяча двумя снизу с подачи. Передачи мяча сверху двумя руками и снизу двумя руками в различных сочетаниях. Передачи мяча сверху и снизу с перемещением. Верхняя прямая подача. | |

| | | |
|-----|---|-----|
| | <p>Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3, 4 Верхняя прямая подача. Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3. Прием мяча с подачи в зону 3. Передача из зон 1, 6, 5 в зону 3 с приема подачи. Вторая передача из зоны 3 в зоны 2, 4. Учебно–тренировочная игра в в волейбол. Верхняя прямая подача в прыжке</p> | |
| III | Тема: «Нападающий удар. Блокирование.» | 17 |
| | <p>Прямой нападающий удар. Нападающий удар с поворотом туловища Индивидуальное блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол. Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Групповое блокирование.</p> | |
| IV | Тема: «Тактика игры в нападении» | 18 |
| | <p>Индивидуальные тактические действия в нападении. Верхняя прямая подача по определенным зонам. Неожиданные передачи мяча на сторону соперника. Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны</p> | |
| V | Тема: «Тактика игры в защите» | 14 |
| | <p>Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.</p> | |
| VI | Тема «Организация и проведение соревнований» | 24 |
| | <p>Первенство по волейболу среди команд юношей и девушек. Товарищеские встречи между командами близлежащих учебных заведений. Изучение практического судейства и проведения соревнований.</p> | |
| | ВСЕГО | 100 |