

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



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

№ п/п	Элементы содержания	Кол-во часов	Формы проведения ПА
1.	Введение. Техника перемещений. Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Стойка волейболиста. Перемещения в стойке волейболиста приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	2 ч.	Устный опрос
2.	Прием. Передача Подача мяча. Передача мяча двумя руками сверху на месте. Передача мяча над собой. Прием мяча двумя снизу. Нижняя прямая подача. Учебная игра в волейбол. 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. 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. Прием мяча двумя снизу с подачи. Верхняя прямая подача. 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. Учебная игра в волейбол. Верхняя прямая подача с вращением. Передача из зон 1,6,5 в зону 3.. Прием мяча с подачи. Верхняя прямая подача с вращением. 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, Учебно – тренировочная игра в волейбол.	18 ч.	Практическая отработка элементов

3.	Нападающий удар. Блокирование. Прямой нападающий удар. Нападающий удар с поворотом туловища Нападающий удар без поворота туловища (с переводом рукой). Блокирование. Индивидуальное блокирование. Групповое блокирование. Учебно – тренировочная игра в волейбол.	28 ч.	Практическая отработка элементов
4.	Тактика игры в нападении.  Индивидуальные тактические действия в нападении  Групповые тактические действия в нападении – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 3, игрока зоны 3 с игроком зоны 6. Тактика игры в нападении. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии без изменения позиций игроков. Командные тактические действия в нападении через игрока передней линии с изменением позиций игроков. Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	32 ч.	Практическая отработка элементов
5.	Тактика игры в защите. Система игры в защите «углом вперед». Учебно – тренировочная игра в волейбол с заданиями.	10 ч.	Спортивные соревнования
6.	Организация и проведение соревнований. Первенство по волейболу среди команд юношей и девушек. Товарищеские встречи между командами.	10 ч.	Спортивные соревнования
<b>Всего часов</b>		<b>100</b>	