**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №м3ИМ. Р.И. ГАЙРБЕКОВА с. ВАЛЕРИК»**

Принята на педагогическом совете УТВЕРЖДЕНА

Протокол ПС №1 от 29. 08. 2024 приказом директора

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ П.Д.Басаева

Приказ №4 от 29.08 2024г.

**Дополнительная общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

**«Волейбол»**

Уровень программы: разноуровневая

Возраст обучающихся: 13-17

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:

Денаев М.А

Педадог дополнительного образования

с. Валерик

2024 год

**Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»**

**1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительной общеобразовательной программы «Волейбол»:**

**-** Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14 (зарегистрировано в Минюсте России 20 августа 2014 г. N 33660);

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих современному законодательству).

**1.2. Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» - **физкультурно-спортивной направленности** носит индивидуальный и групповой характер обучения. Особенностью программы является её направленность не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей, позволяя посещать занятия воспитанникам с разной физической подготовкой и физическими способностями.

**Цель:** изучение спортивной игры волейбол, использование средств игры в волейбол для укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями в организации здорового образа жизни.

**Задачи:**

**1. Обучающие задачи:**

- Обучение техники приемов и передач мяча.

- Обучение основными приемами техники и тактики игры.

**2. Развивающие задачи:**

- Формирование навыков сотрудничества в тренировочных, игровых ситуациях

- Развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости;

- Формирование у занимающихся необходимых теоретических знаний в области

физической культуры для самостоятельного использования их в повседневной жизни.

**3.** **Воспитательные задачи:**

- Формирование у занимающихся устойчивого интереса к занятиям волейбола;

- Воспитание моральных и волевых качеств;

- Развитие чувства коллективизма.

**1.3. Уровень освоения программы**

Настоящая программа имеет стартовый уровень.

Программа рассчитана на 70 часов. (35 занятий в год)

**1.4. Актуальность программы**

В программе представлены доступные для воспитанников упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в волейбол. Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в дополнительном образовании. Участники программы, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по волейболу.

Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у воспитанников в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы организма. Помимо вышеперечисленного, игра волейбол имеет высокую популярностью и востребована в различных её проявлениях у подростков.

**Новизна программы.** Особенностью данной программы является упор на изучение новейших технических приёмов, тактических действий и современных методик, что позволяет достигнуть более высокого результата в волейболе а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Применение методов психорегуляции (способность спортсмена управлять своими мыслями, чувствами, действиями, то есть быть в хорошем настроении) в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях позволит учащимся добиться наивысших результатов в освоении игры в волейбол.

**1.5. Отличительные особенности программы.**

Волейбол — один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта, получивших всенародное признание. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, испытываемые во вре­мя игры, вызывают в организме занимающихся высокие сдвиги в де­ятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате. Прыжки при пе­редачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют кост­ную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Игра в волейбол развивает также мгновенную реакцию на зри­тельные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способ­ность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мыши. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотвор­но влияет на рост юных спортсменов. Развитие общей физической подготовки юных спортсменов и помогает наиболее одаренным детям достичь высоких спортивных результатов.

**1.6. Цель и задачи программы.**

**Цель программы:**

–использование средств игры в волейбол для укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями в организации здорового образа жизни.

Основными **задачами** программы являются:

- овладение основными приемами техники и тактики игры волейбол;

- повышение специальной, физической, тактической подготовки воспитанников по волейболу;

- подготовка к соревнованиям по волейболу

**1.7. Категория учащихся.**

Программа разработана для детей 13-16 лет. Общее количество занятий стартового уровня - 1 раз в неделю по 2 часа. Группа формируются по возрастному принципу численностью до 15 человек.

Зачисление в группы осуществляется по желанию ребенка и заявлению его родителей (законных представителей).

Допускаются совместные занятия детей разного возраста в одной группе, при этом осуществляется дифференцированный подход с учётом индивидуальных особенностей каждого ребёнка.

**1.8. Сроки реализации и объем программы.**

Срок реализации программы 1 год.

Стартовый уровень программы – 35 недель. (70 часов)

**1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.**

Формы организации образовательной деятельности – групповые, индивидуальные, командные, очные.

Виды занятий: теоретические и практические занятия. беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, праздники, просмотры соревнований.

Режим занятий:

занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятий – 60 минут.

**1.10. Планируемые результаты освоения программы.**

**Учащийся научится:**

***Знать:*** основы строения и функций организма; влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечнососудистую системы; правила оказания первой помощи при травмах; гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде; методы тестирования при занятиях волейбола; правила игры в волейбол и судейства.

***Уметь:*** выполнять программные требования по видам подготовки; владеть основами техники и тактики волейбола; правильно применять технические и тактические приемы в игре, работать в коллективе, взаимодействуя с игроками команды, владеть навыками судейства

**Метапредметные результаты освоения программы:**

Обучающиеся будут

- уметь задавать вопросы;

- уметь получать помощь;

- уметь пользоваться справочной, научно-популярной литературой;

- уметь обосновывать свою точку зрения (аргументировать, основываясь на предметном знании); построение логической цепи рассуждений.

**Личностные результаты освоения программы:**

Результаты развития обучающихся:

У учащихся будут сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками , взрослыми;

- требовательность к себе, необходимость быть точным и организованным;

**Результаты воспитания:**

У учащихся будут сформированы:

- устойчивый познавательный интерес к волейболу;

- способность принять другую точку зрения, отличную от своей;

- способность работать в команде;

- выслушивание собеседника и ведение диалога.

**1.11. Матрица дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Волейбол»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Форма занятий | Дидактический материал | Техническое оснащение | Форма подведения  итогов |
| 1. Основы знаний | беседы | литература по теме | наглядные пособия |  |
| 2. Общая  физическая подготовка | Практикум:   * занятие поточным методом; * круговая тренировка; * занятие фронтальным методом; * самостоятельные занятия; | * литература по теме; * слайды; * карточки с заданием. | * скакалки; * гимнастические скамейки; * гимнастическая стенка; * гимнастические маты; * резиновые амортизаторы; * перекладины; * мячи; | контрольные нормативы по ОФП |
| 3. Специальная физическая подготовка | Практикум:   * занятие поточным методом; * круговая тренировка; * занятие фронтальным методом; * самостоятельные занятия; | * литература по теме; * слайды; * карточки с заданием. | * скакалки; * гимнастические скамейки; * гимнастическая стенка; * гимнастические маты; * резиновые амортизаторы; * перекладины; * мячи; * медболы. | контрольные нормативы по СФП |
| 4. Техническая подготовка | Практикум:   * занятие поточным методом; * круговая тренировка; * занятие фронтальным методом; * турнир. | * литература по теме; * слайды; * видеоматериалы; * карточки с заданием. | * волейбольные мячи; * волейбольная сетка; * медболы; * резиновая лента | * контрольные нормативы; * учебно- тренировочная игра; * помощь в су действе. |
| 5. Тактическая подготовка | Практикум:   * занятие поточным методом; * круговая тренировка; * занятие фронтальным методом; * турнир. | - литература по теме;   * слайды; * видеоматериалы; * карточки с заданием. | * Волейбольны мячи; * волейбольная сетка; * резиновая лента | Контрольные нормативы;  - учебно- тренировочная игра; |
| 6. Контрольные испытания | Практикум:  -сдача нормативов | - карточки с заданием. | * скакалки; * гимнастическая стенка; * гимнастические маты; * перекладины; * мячи; * медболы | * контрольные нормативы; * помощь в судействе |

**Раздел 2. Содержание программы.**

**2.1. Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | | | **Формы**  **аттестации**  **(контроля)**  **Зачет/незачет** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1. | **Вводное занятие** | 2 | 1 | 1 |  |
| 2. | **Общая физическая**  **подготовка.** | 6 | 3 | 3 |  |
| 3. | **Специальная**  **физическая подготовка** | 12 | 6 | 6 |  |
| 4. | **Техническая подготовка** | 23 | 11 | 12 |  |
| 5. | **Тактическая подготовка** | 26 | 13 | 13 |  |
| 6. | **Итоговое занятие** | 2 | 1 | 1 |  |
|  | Итого | **70** | **34** | **36** |  |

**2.2 Содержание программного материала**

**Вводное занятие**

Теория: История возникновения и развития волейбола. Современное состояние волейбола. Правила безопасности при занятиях волейболом. Начальная диагностика.

**Общая физическая подготовка.**

Теория: Значение ОФП в подготовке волейболистов.

Практика: Общеразвивающие упражнения направленные на развитие всех физических качеств. Упражнения на снарядах, тренажерах, футбол, баскетбол.

**Специальная физическая подготовка.**

Теория: Значение СФП в подготовке волейболистов.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.

**Техническая подготовка.**

Теория: Значение технической подготовки в волейболе.

Практика: Стойки. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки).

**Тактическая подготовка.**

Теория: Правила игры в волейбол. Значение тактической подготовки в волейболе.

Практика: Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча.

**Итоговое занятие**

Практика: Итоговая диагностика. Проведение игр.

**Раздел 3.** **Формы аттестации и оценочные материалы.**

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года обучения и предполагает зачет в форме тестирования по общей физической подготовке и контрольной игры в волейбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Умения и навыки проверяют во время участия обучающихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства муниципальных соревнований.

**3.2. Оценочные материалы**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Технический прием** | **Контрольные упражнения** | **Возраст лет** | **Оценка** | | | |
| **мальчики** | | | |
| **высокий** | **Выше среднего** | **средний** | **низкий** |
| ***I. Передача***  ***мяча*** | 1.Поточная передача мяча двумя руками сверху в стенку с расстояния 3 м (кол-во раз) | 13  14  15  16 | 4  7  9  12 | 3  5  6  9 | 2  3  4  5 | 1  1  2  3 |
| 2.Передача мяча двумя руками сверху с собственного набрасывания из зоны 6 в кольцо диаметром 1 м, установленное в зоне 3 (10 попыток) | 11  12 | 3  5 | 2  4 | 1  2 | 0  1 |
| 3.Передача мяча двумя руками сверху из зоны4 через сетку в квадрат3х3 м, расположенный в зоне 6; мяч предварительно передан из зоны 3 (10 попыток) | 11  12 | 4  6 | 3  5 | 2  3 | 1  2 |
| 4.Передача мяча двумя руками сверху из зоны 3 в кольцо, установленное в зоне 4, с предварительной передачи мяча из зоны 5 (10 попыток) | 13  14  15  16  17 | 4  6  6  6  7 | 3  5  5  5  5 | 2  3  3  3  3 | 1  2  2  2  2 |
| 5.Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4, через сетку в квадрат 3х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, с предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток) | 13  14 | 5  6 | 4  5 | 3  3 | 2  2 |
| 6.Передача мяча двумя руками сверху из зоны 2 в кольцо, установленное в зоне 4, предварительной передачи мяча из зоны 6 (10 попыток) | 15  16  17 | 4  4  5 | 3  3  4 | 2  2  2 | 1  1  1 |
| 7.Передача мяча двумя руками сверху в прыжке из зоны 4 через сетку в прямоугольник 2х3 м, расположенный у лицевой линии в зоне 6, предварительной передачи мяча из зоны 3 (10 попыток) | 15  16  17 | 5  5  7 | 4  4  5 | 3  3  4 | 2  2  2 |
| ***II. Подача мяча*** | 1.Нижняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток) | 11  12 | 7  8 | 4  6 | 3  4 | 1  2 |
| 2.Нижняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки) | 11  12 | 4  6 | 3  4 | 2  3 | 1  2 |
| 3.Верхняя прямая подача в пределы площадки (10 попыток) | 13  14 | 8  9 | 5  7 | 3  5 | 2  3 |
| 4.Верхняя прямая подача на точность (по 5 попыток в левую и правую половину площадки) | 13  14 | 5  6 | 4  5 | 2  3 | 1  2 |
| 5.Верхняя прямая подача на точность по заданию (по 5 попыток в левую и правую половину площадки) | 15  16  17 | 6  7  8 | 5  5  6 | 3  4  4 | 2  3  3 |
| 6.Верхняя боковая подача в пределы площадки (10 попыток) | 15  16  17 | 5  7  8 | 4  6  7 | 2  4  5 | 1  2  3 |
| **Технический прием** | **Контрольные упражнения** | **Возраст лет** |
| **мальчики** | | | |
| **высокий** | **Выше среднего** | **средний** | **низкий** |
| ***III.Нападающий удар*** | 1.Прямой нападающий удар из зоны 4 в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток) | 11  12  13  14 | 3  4  6  8 | 2  3  5  6 | 1  2  3  4 | 0  1  2  3 |
| 2.Нападающий удар из зоны 4 на точность (по 5 попыток в зоны 1 и 5) с передачи из зоны 3 | 15  16  17 | 6  7  8 | 5  6  7 | 4  4  5 | 3  3  4 |
| 3.Прямой нападающий удар из зоны 4 на силу в пределы площадки с передачи из зоны 3 (10 попыток) | 15  16  17 | 5  7  8 | 4  6  6 | 3  5  5 | 2  4  4 |
| ***IV.Блокирование*** | 1.Блокирование нападающего удара из зоны 4 в зону 5  (10 попыток) | 13  14  15  16  17 | 2  2  5  6  8 | 1  1  4  5  6 | 1  1  2  4  4 | -  -  1  2  3 |
| 2.Блокирование нападающего удара из зоны 2 в зону 1  (10 попыток) | 13  14  15  16  17 | 2  2  5  6  8 | 1  1  4  5  6 | 1  1  2  4  4 | -  -  1  2  3 |
| 3.Блокирование нападающего удара из зоны 3 в пределы площадки (10 попыток) | 15  16  17 | 4  5  6 | 3  4  5 | 2  3  4 | 1  2  2 |

**Сроки проведения промежуточной аттестации**: последние 2 учебные недели учебного года.

**Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий.**

4.1. Материально-технические условия реализации программы:

Для проведения полноценного учебного процесса достаточно наличие спортивного зала, оформленного в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитар­ными нормами.

Оборудование:

1. Сетка волейбольная

2. Гимнастические стенки - 6-8 шт.

3. Гимнастические скамейки.

4. Гимнастические маты

5. Скакалки

6. Мячи набивные (масса 1 кг)

7. Резиновые амортизаторы

8. Мячи волейбольные (для мини-волейбола)

9. Рулетка

**4.2. Кадровое обеспечение программы.**

Программа может быть реализована педагогом с уровнем образования соответствующем профессиональному стандарту.

**4.3. Учебно-методическое обеспечение.**

В основу занятий положен линейный метод обучения, который предполагает детальную проработку каждой темы, практическое применение полученных знаний и их трансформацию в навыки игры.

**Методы обучения:**

Форма проведения занятий: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая

**Список литературы**

1. Железняка Ю.Д., Костюкова В.В., Чачина А.В. Примерная программа спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол» (спортивные дисциплины «Волейбол» и «Пляжный волейбол»). / Под общей редакцией– М.: 2016. – 210 с.
2. Ю.Д. Железняк, Л.Н. Слупский «Волейбол в школе», Москва, «Просвещение», 1989.
3. Козырева Л. «Волейбол». Азбука спорта. М.: «ФК и С», 2003 г.
4. Лях В.И. и др. «Физическая культура». Учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений. М.: «Просвещение», 2002 г.
5. Фурманов А.Г. «Начальное обучение волейболистов». Минск, «Беларусь», 1976

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **занятия** | **Тема занятия** | **Кол-во**  **часов** | **Дата** | |
| **П** | **Ф** |
| 1 | Гигиена спортсмена. Правила соревнований. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 2 | Прием мяча снизу, передача сверху. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 3 | Прием и передача мяча сверху. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 4 | Нижняя прямая подача. Прием снизу. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 5 | Передача мяча в парах сверху. Передача мяча в парах снизу. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 6 | Верхняя прямая подача, боковая подача, прием подачи. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 7 | Ходьба, бег. Передача мяча сверху, двумя руками вверх, вперед, над собой. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 8 | Прием мяча сверху двумя руками. Нижняя прямая подача. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 9 | Прием мяча снизу двумя руками. Отбивание мяча через сетку стоя и в прыжке. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 10 | Остановка шагом, прыжком, скачок. Передача сверху двумя руками с выпадом в сторону. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 11 | Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 12 | Сочетание способов перемещения. Нижняя боковая подача. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 13 | Падение и перекаты после падения. Прием мяча сверху двумя руками с падением в сторону. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 14 | ОФП. Верхняя прямая подача. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 15 | Передача мяча снизу двумя руками. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 16 | Передача мяча одной рукой сверху, имитация нападающего удара. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 17 | Прием снизу двумя руками с падением. Одиночное блокирование. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 18 | Выбор места для выполнения второй передачи. Нападающий удар с переводом. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 19 | Чередование способов передачи мяча. Блокирование ударов с задней линии. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 20 | Чередование способов приема мяча. Имитация нападающего удара. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 21 | ОФП. Чередование способов подач. Взаимодействие игроков передней линии. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 22 | СФП. Выбор места для выполнения удара. Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 23 | Чередование способов приема мяча. Подача мяча на игрока, слабо владеющего приемом. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 24 | Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к направлению передачи. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 25 | Прием мяча снизу двумя руками. Нападающий удар сильнейшей рукой. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 26 | Чередование способов приема мяча. Одиночное блокирование. Групповое блокирование. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 27 | Выбор способа приема мяча от нападающего удара. Страховка. Выбор места при приеме подачи. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 28 | Прием мяча снизу одной рукой. Чередование способов нападающего удара. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 29 | Передача мяча одной рукой сверху. Нападающий удар с переводом вправо. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 30 | Передачи мяча, различные по высоте. Нападающий удар после остановки. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 31 | Передачи мяча, различные по расстоянию. Нападающий удар после прыжка с места. Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 32 | Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 33 | Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 34 | Учебно-тренировочная игра. | 2 |  |  |
| 35 | Итоговое занятие | 2 |  |  |
| **Итого:** | | **70** |  |  |

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п\п** | **Месяц** | **Число** | **Время проведения занятий** | **Форма занятий** | **Кол-во часов** | **Тема занятий** | **Место**  **проведения** | **Форма контроля** |
| 1 | сентябрь | 08 | 14:00 | Комбинированный | 1 | ***Вводное занятие.***  Правила поведения в кабинете шахмат. Сказка о  шахматной игре | Спортзал | Наблюдение |
| 2 | сентябрь | 08 | 14:00 | Комбинированный | 1 | ***Сущность игры в шахматы****.*  Порядок шахматных ходов. | Спортзал | Наблюдение |
| 3-4 | сентябрь | 15 | 14:00 | Комбинированный | 2 | Шахматная нотация | Спортзал | Наблюдение |