

Приложение №1

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Волейбол»
на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Стартовый уровень 144ч. Раздел №1 Основы знаний (12) часов.								
1.	Сентябрь	2	Суб-группа. 14.30 – 15.15 II-группа. 15.20 – 16.05	Беседа	2	Вводное занятие	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Устный опрос
2.	Сентябрь	4	Пон-группа. 14.30 – 15.15 II-группа. 15.20 – 16.05	Лекция	2	Современный волейбол в мире, России, образовательном учреждении.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Опрос
3	Сентябрь	9	Суб-группа. 14.30 – 15.15 II-группа. 15.20 – 16.05	Теория/Практика	2	Основы техники безопасности на занятиях по волейболу	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Опрос
4.	Сентябрь	11	Пон-группа. 14.30 – 15.15 II-группа. 15.20 – 16.05	Презентация	2	Требование к спортивной форме, правильное питание, физические нагрузки.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Опрос
5	Сентябрь	16	Суб-группа. 14.30 – 15.15 II-группа. 15.20 – 16.05	Лекция	2	Здоровый образ жизни.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Беседа-опрос.
6	Сентябрь	18	Пон-группа. 14.30 – 15.15 II-группа. 15.20 – 16.05	Теория/практика	2	Оказание первой медицинской помощи при травмах.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение, консультация
7	Сентябрь	23	Суб-группа. 14.30 – 15.15 II-группа. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Правила игры в волейбол.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение, консультация

Раздел №2 «Общая физическая подготовка» (ОФП) (20) ч.

8	Сентябрь	25	Пон-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Развитие общей выносли- вости.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
9	Сентябрь	30	Суб-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Тео- рия/практи ка	2	Развитие общей выносли- вости.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение, кон- сультация	
10	Октябрь	2	Пон-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Развитие силы, скорост- но-силовых качеств.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
11	Октябрь	7	Суб-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Тео- рия/практи ка	2	Развитие силы, скорост- но-силовых качеств.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
12	Октябрь	9	Пон-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Развитие силы, скорост- но-силовых качеств.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
13	Октябрь	14	Суб-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Тео- рия/практи ка	2	Развитие силы, скорост- но-силовых качеств.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
14	Октябрь	16	Пон-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Развитие силы, скорост- но-силовых качеств.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
15	Октябрь	21	Суб-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Тео- рия/практи ка	2	Развитие ловкости, гибко- сти, координации.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
16	Октябрь	23	Пон-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Развитие ловкости, гибко- сти, координации.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
17	Ноябрь	6	Суб-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Развитие ловкости, гибко- сти, координации.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
Раздел №3 «Техническая подготовка» (ТП) (50) ч.									
18	Ноябрь	11	Пон-Ипр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Передача мяча сверху и снизу.	МБОУ «Каргалинская	Наблюдение/опрос	

19	Ноябрь	13	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Передача мяча сверху и снизу.	СОШ №1» МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
20	Ноябрь	18	Пон- Iгр.14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Передача мяча сверху и снизу.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
21	Ноябрь	20	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Передача мяча сверху и снизу.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
22	Ноябрь	25	Пон- Iгр.14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Передача мяча сверху и снизу.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
23	Ноябрь	27	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Передача мяча сверху и снизу.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
24	Декабрь	2	Пон- Iгр.14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Верхняя и нижняя прямая подача.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
25	Декабрь	4	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Верхняя и нижняя прямая подача.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
26	Декабрь	9	Пон- Iгр.14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Верхняя и нижняя прямая подача.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
27	Декабрь	11	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Верхняя и нижняя прямая подача.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
28	Декабрь	16	Пон- Iгр.14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Верхняя и нижняя прямая подача.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
29	Декабрь	18	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Верхняя и нижняя прямая подача.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос

30	Декабрь	23	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Верхняя и нижняя прямая подача.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
31	Декабрь	25	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Прием мяча после подачи и передачи.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
32	Январь	13	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Прием мяча после подачи и передачи.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
33	Январь	15	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Прием мяча после подачи и передачи.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
34	Январь	20	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Прием мяча после подачи и передачи.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
35	Январь	22	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Прием мяча после подачи и передачи.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
36	Январь	27	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Нападающий удар.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
37	Январь	29	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Нападающий удар.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
38	Февраль	3	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Нападающий удар.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
39	Февраль	5	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Нападающий удар.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
40	Февраль	10	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Прием мяча в прыжке и в падении.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос
41	Февраль	12	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревнования	2	Прием мяча в прыжке и в падении.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос

52	Апрель	1	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	закрепле- ние ЗУН	2	Нападающий удар правой и левой рукой.	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
53	Апрель	6	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Развитие прыжковой вы- носливости	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
54	Апрель	8	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Развитие прыжковой вы- носливости	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
55	Апрель	13	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Развитие прыжковой вы- носливости	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
56	Апрель	15	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Развитие прыжковой вы- носливости	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
57	Апрель	20	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Развитие прыжковой вы- носливости	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
Раздел №5 «Тактическая подготовка» (ТП) (18) ч.									
58	Апрель	22	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Игра в составе команды	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
59	Апрель	27	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревно- вания	2	Игра в составе команды	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
60	Апрель	29	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Игра у сетки	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
61	Май	4	Суб- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревно- вания	2	Игра у сетки	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
62	Май	6	Пон- Iгр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Игра через связующего	МБОУ «Каргалгинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	

42	Февраль	17	Пон-Игр.14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	Комб.	2	Приём мяча в прыжке и в падении.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
Раздел №4 «Специальная физическая подготовка» (СФП) (30) ч.									
43	Февраль	19	Суб-Игр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Прием мяча	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
44	Февраль	24	Пон-Игр.14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Прием мяча	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
45	Февраль	26	Суб-Игр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Прием мяча	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
46	Март	2	Пон-Игр.14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Прием мяча	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
47	Март	4	Суб-Игр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Нападающий удар правой и левой рукой.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
48	Март	9	Пон-Игр.14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Нападающий удар правой и левой рукой.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
49	Март	11	Суб-Игр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Нападающий удар правой и левой рукой.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
50	Март	25	Пон-Игр.14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Нападающий удар правой и левой рукой.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
51	Март	30	Суб-Игр. 14.30 – 15.15 И-гр. 15.20 – 16.05	закрепление ЗУН	2	Нападающий удар правой и левой рукой.	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	

63	Май	11	Суб- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Игра через связующего	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
64	Май	13	Пон- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Соревно- ванья	2	Переход от защиты к ата- ке	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
65	Май	18	Суб- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Переход от защиты к ата- ке	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
66	Май	20	Пон- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Переход от защиты к ата- ке	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
Раздел №6 «Товарищеские встречи и контрольные испытания» (12) ч.									
67	Май	20	Пон- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Товарищеские встречи	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
68	Май	25	Суб- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Товарищеские встречи	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
69	Май	25	Суб- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Разбор товарищеских встреч	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
70	Май	27	Пон- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Беседа	2	Разбор товарищеских встреч	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
71	Май	27	Пон- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Проверка физической под- готовленности	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	
72	Май	27	Пон- I гр. 14.30 – 15.15 II-гр. 15.20 – 16.05	Практика	2	Проверка физической под- готовленности	МБОУ «Каргалинская СОШ №1»	Наблюдение/опрос	