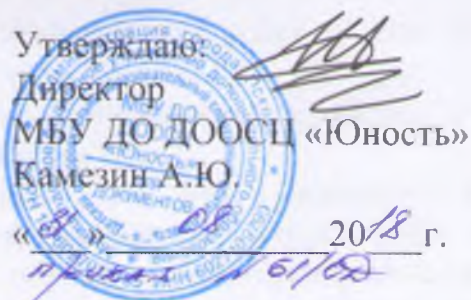


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г. ПСКОВА
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный спортивный центр
«Юность»

Принято на заседании
Педагогического совета
от « 31 » 08 2018 г.
Протокол № 6

Утверждаю:
Директор
МБУ ДО ДООСЦ «Юность»
Камезин А.Ю.
« 31 » 08 2018 г.
16/08



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
для спортивно-оздоровительных групп
по спортивным играм.**

Срок реализации программы – 3 года
Возраст детей: 7-11 лет
Автор программы:
Патрушев Леонид Георгиевич,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО ДООСЦ «Юность»,
г. Пскова

г. Псков
2017 год

Пояснительная записка

Направленность программы физкультурно – спортивная.

Образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе «Спортивные игры» направлена на:

- формирование и развитие физических способностей обучающихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе; формирование общей культуры обучающихся

Актуальность программы заключается в том, что у взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, неся оздоровительный эффект. В результате деятельности по программе происходит воспитание волевых черт характера, наблюдается благотворное воздействие на все системы детского организма, происходит развивая таких физических качеств, как сила, быстрота, выносливость, ловкость.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься спортом, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться спортивными играми с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «волейбол», «лапту» в школе, а также уделить внимание вопросу формирования привычки к здоровому образу жизни, всестороннему подходу к воспитанию гармоничного человека.

Отличительные особенности программы Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приемов избранного вида спорта в течение 3 лет, по следующим разделам:

Адресат программы ребенок 7-11 лет, желающий заниматься спортивными играми, нацеленный на здоровый образ жизни.

Объем программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры» рассчитана на 537 часов

1 год обучения - 108 часов

2 год обучения - 216 часов

3 год обучения - 216 часов

Срок освоения программы три года

Режим занятий

В связи с занятостью спортивного зала скорректирован режим занятий.

1 год обучения – одна группа (3 раза в неделю по 2 часа)

2 год обучения – одна группа (3 раза в неделю по 2 часа)

3 год обучения – одна группа (3 раза в неделю по 2 часа)

Формы организации образовательного процесса

Обучающиеся сформированы в группы разных возрастных категорий являющиеся основным составом объединения. Занятия в объединениях могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом объединения. Форма обучения – очная.

Цель дополнительной общеобразовательной программы: Способствование всестороннему физическому развитию обучающихся путем вовлечения обучающихся в двигательную деятельность.

Задачи дополнительной общеобразовательной программы:

Образовательные

- Формирование специальных знаний, умений при игре в волейбол, лапту;
- Развитие познавательного интереса к спортивным играм, включенность в познавательную деятельность;
- Формирование интереса к народным подвижным играм и распространение игрового опыта.

Развивающие

- Развитие личностного самообразования: активности, самостоятельности, общения, интеллектуальных способностей;
- Создание комфортной обстановки, атмосферы доброжелательности, сотрудничества, включения в активную деятельность, ситуации успеха.

Воспитательные

- Формирование нравственного сознания личности; воспитание качеств, взглядов, убеждений; формирование способов поведения в обществе; способов самоконтроля;
 - Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- Сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни

Содержание программы 1 года обучения

Основы знаний

Теория:

- Основы истории развития спортивных игр в России, краткие исторические сведения о возникновении игры, год рождения и возникновения игры. Основатель игры. Родина спортивных игр. Первые шаги, спортивные игры у нас в стране.
- Сведения о строении и функциях организма человека. Работа мышц и связок во время игры. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.
- Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль. Общий режим дня. Гигиена сна, питания. Гигиена одежды, обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме.
- Правила игры. Размеры площадки и высота сетки. Взаимодействие игроков на площадке.

Общефизическая подготовка

Практика:

- Строевые упражнения. Повороты, перестроение, слияние.
- Гимнастические упражнения. Упражнения на гимнастической стенке. Лазание по гимнастической стенке. Ходьба по бревну. Упражнения с предметами, с набивными мячами (1-2 кг.) из различных положений. Чередование упражнений руками и ногами – броски, выпрыгивания, в верх с мячом, зажатыми голеностопными суставами; в положении сидя, лежа – поднятие ног с мячом.
- Акробатические упражнения. Кувырки вперед, назад, стойки на лопатках. Соскоки в глубины со снаряда (высота 50-60 см.).
- Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 30м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.

Подвижные игры.

Практика:

Воспитание быстроты: «Вызов номеров», «Перебежки с выручкой», «Охотники и утки», «Борьба за мяч», «Скакуны», «Мяч ловцу», «Два капитана», «Вслед за мячом».

Воспитание силы: «Вертушка», «Перетягивание в парах», «Бой петухов», «Эстафета с прыжками», «Бег раков», «Всадники», «Стенка на стенку», «Втяни в круг», «Сороконожки».

Воспитание выносливости: «Сумей догнать», «Гонки с выбыванием», «Мяч ловцу», «Ловля парами», «Борьба за мяч», «Салки с мячом», «Круговая лапта», «Вольная лапта», «Школьная лапта».

Воспитание ловкости: «Два лагеря», «Попади в мяч», «Защита укрепления», «Вертуны», «Бег командами», «Разведчики и часовые», «Два мяча через сетку», «Салки», «Перестрелка», «Город – за городом», «Не давай мяч водящему», «Охотники», «Эстафета у стены», «Удочка». Метание малого теннисного мяча в цель, на дальность.

Лапта.

Практика:

Удары по мячу

Стойки бьющего игрока, выбор места для удара по мячу. Способы держания биты одной и двумя руками.

Удары битой с замаха: сверху, снизу, сбоку, одной и двумя руками.

Удары по лежащему и подброшенному мячу: по диагонали, нацеленные, между игроками, вдоль боковой линии, за игроков; по силе: за среднюю линию, к угловому флажку, к боковой линии, за линию кона. Удары низколетящие, по высокой или отвесной траектории, свечки, срезки.

Средства обучения. Подводящие и имитационные упражнения. Удары ладонью, малой битой в школьной, вольной и беговой лапте. Подбрасывание мяча подающим игроком на разную высоту, с вращением и без него. Удар битой по подброшенному или отскочившему от земли мячу, от стены, с подброса другим игроком. Удары по мячу разными частями биты. Техника оставления биты после удара по мячу. Соревнования на правильное выполнение ударов по мячу. Упражнения по совершенствованию техники удара на силу и точность. Удары по мячу после оценки тактической расстановки водящей команды в учебно-тренировочных играх.

Ловля мяча

Стойки и перемещения ловящего игрока. Выбор места для ловли мяча одной и двумя руками. Положение рук на пойманном мяче, амортизация руками. Ловля на грудь низко и высоко летящих мячей, катящихся и отскочивших от земли, со средней и высокой скоростью. Ловля мяча стоя, сидя, лежа, в движении с разворота, в падении справа и слева.

Средства обучения. Подводящие и имитационные упражнения. Ловля мяча со своего подбрасывания, увеличивая, уменьшая или чередуя высоту подброса; с акцентом на амортизацию; летящего навстречу параллельно игроку; после броска о стену. Бросание и ловля мяча в парах и противостоящих колоннах, в движении: справа, слева при ходьбе и после остановок. Совершенствование ловли мяча с различных расстояний и в учебных играх. Бросание и ловля мяча в парах и противостоящих колоннах.

Передача мяча

Стойки и перемещения передающего игрока. Способы держания мяча при передачах партнеру: с замахом и из-за головы, справа, снизу. Скрытые передачи.

Средства обучения. Подводящие и имитационные упражнения в парах, тройках и четверках, с одним и более мячами. Перемещения ходьбой, бегом, скачком. Стойки на полусогнутых в коленях ногах, с параллельным положением стоп, с опорой на впереди стоящую ногу. Передачи мяча партнеру: стоя на месте, после перемещений вперед, назад, вправо, влево; по силе: слабые, средние, сильные; на длинные, короткие и средние расстояния; по направлению передачи: прямые, диагональные, поперечные,

ответные, выполняемые после перемещений в падении, лежа, сидя, сбоку, с разворота, из-за головы сверху, снизу с колена.

Перебежки

Перебежки с разной скоростью, со стартовым ускорением, с финишным рывком и на короткие дистанции; одиночные и группой; своевременные и несвоевременные; в чередовании с падениями, прыжками, увертываниями, кувырками и остановками.

Маневрирование.

Средства обучения. Перебежки на 10–30 м с изменением скорости и направления. Ложные движения игрока при перебежках: после неожиданной остановки с последующим рывком в другом направлении. Обманное движение корпусом с шагом в одну сторону – уход в другую.

Осаливание

Броски мяча по неподвижной и движущейся мишени или по игроку; из различных исходных положений: стоя на месте, после перемещения, в прыжке, в падении, с колена; по направлению: по ходу перебегающего, навстречу бегущему, во след убегающему, вдоль боковой линии, при подходе к линии города или кона. Осаливание игроков, бегущих группой по прямой, враспынную, зигзагами, с внезапной остановкой, падением, наклоном или прогибанием туловища.

Средства обучения. Упражнения в метании мяча из положений стоя, с колена; с различных расстояний – 4–15 м; в игроков, совершающих условные перебежки: по прямой, зигзагами, с внезапными остановками, с падениями и т.д.

Специальная подготовка

Практика:

- Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. Бег с ускорением до 30 м. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту. Метание теннисного мяча в цель, на дальность.
- Подвижные игры с элементами техники игры в мини-лапту

Игры с прокатыванием теннисного мяча: «Догони мяч», «Поймай отскочивший мяч», «Метко в цель».

Игры с передачей теннисного мяча: «Мяч вдогонку», «Передай мяч», «Спиральбол».

Игры с подбрасыванием и ловлей теннисного мяча: «Перебрось мяч», «Успей поймать», «Мяч об пол», «Мяч в корзину», «Попади в окошко», «Мяч о стену», «Попади в круг», «Попади и поймай», «Поднебески», «Свечки».

Игры с отбиванием теннисного мяча лаптой: «С лаптой на точность», «В лапту в парах».

- Упражнения для развития прыгучести. Прыжки: с места в длину, вверх. Прыжки с разбега в длину и высоту.
- Упражнения для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча. Сверху двумя руками, передачи мяча подвешенного на растяжках, с собственного подбрасывания, с набрасывания партнера в различных направлениях на месте и после перемещения, передачи в парах.
- Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча. Нижняя прямая подача, подача мяча неподвижного на руке, через сетку с расстояния 6-9 м., подача через сетку из-за лицевой линии площадки, подача нижняя боковая.
- Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжка вверх, толчком двух ног, с места 1,2,3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Волейбол.

Практика:

Техника нападения

- Перемещения и стойки. Действия без мяча. стартовая стойка, основная стойка, ходьба, бег перемещаясь лицом вперед, боком вперед. Остановка шагом.
- Действия с мячом. Передачи мяча сверху двумя руками; отскочившего от стены мяча; после броска через сетку; от нижней подачи; снизу двумя руками: отбивание мяча, подвешенного на шнуре, наброшенного партнером – на месте и после перемещения.
- Нападающие удары. Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжка вверх, толчком двух ног: с места 1,2,3 шагов разбега, удар кистью по мячу).

Техника защиты:

- Действия без мяча: скачек вперед, остановка прыжком, сочетание способов перемещений и остановок, стартовая стойка, ходьба, бег перемещаясь лицом, вперед, боком вперед. Остановка шагом.
- Действия с мячом: прием мяча снизу двумя руками; прием мяча снизу с подачи; одиночное блокирование. Прием мяча сверху двумя руками: отскочившего от стены мяча, после броска через сетку; от нижней подачи; снизу двумя руками: отбивание мяча, подвешенного на шнуре, наброшенного партнером - на месте и после перемещения.

Тактическая подготовка. Тактика нападения:

- Индивидуальные действия: выбор места для выполнения нижней подачи; выбор места для второй передачи и в зоне 3.
- Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6, 5 и 1 с игроками зоны 3.
- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия. Выбор места для выполнения нижней подачи. Расположение игроков при приеме подачи, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 3.
- Групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии: игрока зоны 4 с игроком зоны 3, игрока зоны 2 с игроком зоны 3 (при первой передаче). Взаимодействия игроков зон 6,5 и 1 с игроками зоны 3.
- Командные действия. Прием нижней подачи и первая передача в зону 3, вторая передача игроку, к которому передающий обращен лицом.

В конце первого 1 года обучения обучающие должны знать:

- Основы истории развития спортивных игр в России;
- О строении и функциях организма человека;
- Правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- Правила игры; места занятий, инвентарь.

уметь:

- Технически правильно выполнять двигательные действия в спортивных играх;
- Играть в спортивные игры по упрощенным правилам.

Календарный учебный график на 2018-2019 гг. 1 год обучения (СОГ 1)

№ п/п	Дата проведения занятия (по плану)	Дата проведения занятия (факт)	Время проведения занятия (по плану)	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения занятия
1.	10.10		16.10-17.40	2	ТБ на занятиях спортивными играми. <i>Вводное занятие.</i> Знакомство с группой.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
2.	11.10		15.20-16.50	2	Строевые упражнения. Подвижные игры «Вслед за мячом». «Вертушка», «Перетягивание в парах»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
3.	12.10		15.20-16.50	2	Разучивание передачи верхней и нижней. Игры «Эстафета у стены», «Удочка» Основатель игры. Родина спортивных игр	Учебное занятие. Беседа	наблюдение	Спортивный зал
4.	17.10		16.10-17.40	2	Имитация передач в парах Подвижные игры «Салки», «Перестрелка»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
5.	18.10		15.20-16.50	2	Прыжок в длину с места. Бег 30м. Подтягивание (вис). Пресс. Сведения о строении и функциях организма человека	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
6.	19.10		15.20-16.50	2	Разучивание нижней прямой подачи. Игра «Бег командами», «Разведчики и часовые»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
7.	23.10		16.10-17.40	2	Подвижные игры с элементами волейбола. «Два лагеря», «Попади в мяч»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
8.	24.10		15.20-16.50	2	Подвижные игры с элементами лапты «Круговая лапта», «Вольная лапта», «Школьная лапта».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
9.	25.10		15.20-16.50	2	Стойки и перемещения. Основная, низкая, ходьба, бег. Игры. Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
10.	31.10		16.10-17.40	2	Перемещения и стойки. Прием сверху двумя руками.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
11.	1.11		15.20-16.50	2	Игры для развития ловкости Два мяча через сетку», «Салки»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
12.	2.11		15.20-16.50	2	Стойки с перемещениями. «Бой петухов», «Эстафета с прыжками», «Бег раков»,	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
13.	7.11		16.10-17.40	2	Упражнения для развития прыгучести. «Бег командами», «Разведчики и часовые»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
14.	8.11		15.20-16.50	2	Совершенствование навыков выполнения строевых упражнений, ОРУ для мышц рук, плечевого пояса.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
15.	9.11		15.20-16.50	2	Развитие скоростно-силовой выносливости. «Ловля	Учебное	наблюдение	Спортивный

					парами», «Борьба за мяч»,	занятие	ние	зал
16.	14.11		16.10-17.40	2	Совершенствование приема сверху двумя руками Прием мяча после отскока мяча от щита, от стены (расстояние 1-2 м).	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
17.	15.11		15.20-16.50	2	Совершенствование прием снизу двумя руками, бросков и ударов по мячу в лапте Правила игры	Учебное занятие, карточки	наблode ние	Спортивный зал
18.	16.11		15.20-16.50	2	Прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону. Игра волейбол. Правила игры	Учебное занятие, карточки	наблode ние	Спортивный зал
19.	21.11		16.10-17.40	2	Групповые действия: взаимодействие при первой передачи игроков зон 3,4	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
20.	22.11		15.20-16.50	2	Развитие скоростно-силовых качеств. «Бег раков», «Всадники»,	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
21.	23.11		15.20-16.50	2	Совершенствование стоек, перемещений волейболиста. «Охотники и утки», «Борьба за мяч»	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
22.	28.11		16.10-17.40	2	Совершенствование стоек и перемещений при игре в лапту «Передай мяч», «Спиральбол».	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
23.	29.11		15.20-16.50	2	Подводящие упражнения для приема и передач, подач.	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
24.	30.11		15.20-16.50	2	Прием снизу двумя руками. Прием наброшенного мяча партнером – на месте и защиты после перемещения, в парах, направляя мяч вперед вверх.	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
25.	05.12		16.10 -17.40	2	Бег 30м. (6x5), прыжок в длину с места (см), прыжок в высоту с места толчком двух ног (см).	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
26.	06.12		15.20-16.50	2	Круговая тренировка на развитие силовых качеств.	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
27.	07.12		15.20-16.50	2	Бег с остановками, изменением направления.	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
28.	12.12		16.10-17.40	2	Правила игры. Размеры площадки и высота сетки. Взаимодействие игроков на площадке.	Учебное занятие, беседа	наблode ние	Спортивный зал
29.	13.12		15.20-16.50	2	Кувырок вперед, назад, в сторону. Развитие гибкости.	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
30.	14.12		15.20-16.50	2	Бег вдоль границ площадки, выполняя различные упражнения.	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал
31.	19.12		16.10-17.40	2	Подводящие упражнения для приема и передач, подач	Учебное занятие	наблode ние	Спортивный зал

32.	20.12		15.20-16.50	2	Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Поддачи мяча: нижняя прямая	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
33.	21.12		15.20-16.50	2	Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения нападения различными способами.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
34.	26.12		16.10-17.40	2	Прием сверху нижней прямой подачи. Прием снизу.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
35.	27.12		15.20-16.50	2	Выбор места на приеме подачи, при приеме мяча. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
36.	28.12		15.20-16.50	2	Кувырок вперед, назад, в сторону. нападения движение кистью.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
37.	09.01.19		16.10-17.40	2	Освоение терминологии принятой в волейболе. Овладение командным голосом. Совершенствование передач у стенки	Учебное занятие, лекция	наблюдение	Спортивный зал
38.	10.01		15.20-16.50	2	Прыжки в высоту с прямого разбега. Баскетбол. Совершенствование передач в парах.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
39.	11.01		15.20-16.50	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
40.	16.01		16.10-17.40	2	Командные действия: система игры, со второй передачи игроков передней линии – прием подачи и первая передача в зону 3, вторая передача в зоны 4 и 2.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
41.	17.01		15.20-16.50	2	Подготовительные к волейболу игры: «Эстафета у стены», «Два мяча через сетку».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
42.	18.01		15.20-16.50	2	Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Передачи мяча.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
43.	23.01		16.10-17.40	2	Сведения о строении и функциях организма человека. Передачи в парах, нападающий удар, подача.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
44.	24.01		15.20-16.50	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
45.	25.01		15.20-16.50	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. «Эстафета с прыжками», игра «Перестрелка».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
46.	30.01		16.10-17.40	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
47.	31.01		15.20-16.50	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения. Командные действия: расположение игроков при	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал

					приеме подачи.			
48.	01.02		15.20-16.50	2	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2. Прямой нападающий удар. Ритм разбега в три шага, ударное движение кистью.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
49.	06.02		16.10-17.40	2	Подача мяча. Передачи мяча. Основы истории развития спортивных игр в России, краткие исторические сведения о возникновении игры, год рождения и возникновения игры.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
50.	07.02		15.20-16.50	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
51.	08.02		15.20-16.50	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Подвижная игра «Два капитана».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
52.	13.02		16.10-17.40	2	Система игры со второй передачи игроком передней линии. Игры	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
53.	14.02		15.20-16.50	2	Выбор места игроком при страховке, при приеме с подачи.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
54.	15.02		15.20-16.50	2	Выбор способа защиты приема мяча от соперника – сверху или снизу.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
55.	20.02		16.10-17.40	2	Закрепление ранее изученных элементов, передачи, удары по мячу .	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
56.	21.02		15.20-16.50	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения. Первые шаги, спортивные игры у нас в стране.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
57.	22.02		15.20-16.50	2	Прыжок в длину с места. Передача мяча сверху двумя руками. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками. Контрольные испытания	Соревнование	тестирование	Спортивный зал
58.	27.02		16.10-17.40	2	Отбивание мяча кулаком. Верхняя прямая подача. Нападающий удар. 1 нападения	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
59.	28.02		15.20-16.50	2	Групповые действия игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
60.	01.03		15.20-16.50	2	Встречная эстафета с мячом. ОРУ с отягощением. Бросок набивного мяча из положения сидя.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
61.	06.03		16.10-17.40	2	Разучивание разбега для нападающего удара. Развитие скоростно-силовых качеств.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
62.	07.03		15.20-16.50	2	Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий, прыгучести	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
63.	13.03		16.10-17.40	2	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Игра «Город – за городом»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал

64.	14.03		15.20-16.50	2	Учебная игра по правилам волейбола. Размеры площадки и высота сетки.	Соревнование, беседа	наблюдение	Спортивный зал
65.	15.03		15.20-16.50	2	Челночный бег с изменением направления 3X10, 5X9	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
66.	20.03		16.10-17.40	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
67.	21.03		15.20-16.50	2	Развитие общей выносливости. Подвижные игры. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
68.	22.03		15.20-16.50	2	Акробатические упражнения – группировки, перекаты в сторону, боком.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
69.	27.03		16.10-17.40	2	Падения. Техника защиты игра «Борьба за мяч». Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
70.	28.03		15.20-16.50	2	Подвижные игры «Скакун», «Мяч ловцу». Прием сверху, снизу двумя руками.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
71.	29.03		15.20-16.50	2	Индивидуальные действия : вторая передача из зоны 3 на точность в зоны по заданию.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
72.	03.04		16.10-17.40	2	Передача мяча через сетку на «свободное место», на игрока слабо владеющего приемом мяча.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
73.	04.04		15.20-16.50	2	Индивидуальные действия: при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, посланного передачей.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
74.	05.04		15.20-16.50	2	Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
75.	10.04		16.10-17.40	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
76.	11.04		15.20-16.50	2	Гигиена, контроль и самоконтроль. Упражнения на развитие скоростной и силовой выносливости.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
77.	12.04		15.20-16.50	2	Взаимодействие игроков внутри линии (нападения и защиты) и между ними при приеме подачи, нападающего удара.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
78.	17.04		16.10-17.40	2	Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при 1 нападения первой передаче.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
79.	18.04		15.20-16.50	2	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
80.	19.04		15.20-16.50	2	Основы техники и тактики игры волейбол. Передачи	Учебное	наблюдение	Спортивный

					верхние и нижние	занятие, беседа	ние	зал
81.	24.04		16.10-17.40	2	Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств «Мяч ловцу»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
82.	25.04		15.20-16.50	2	Подачи: нижние - соревнования на точность попадания в зоны; верхняя прямая – подряд 10-15 попыток на количество.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
83.	26.04		15.20-16.50	2	Имитация нападающего удара и «обман»; имитация второй передачи и «обман» через сетку	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
84.	08.05		16.10-17.40	2	Прием мяча снизу. Стойки и перемещения. «Скакуны».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
85.	15.05		16.10-17.40	2	Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при нападения первой передаче, игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2 при второй передаче.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
86.	16.05		15.20-16.50	2	Прыжки в длину. Развитие скоростно-силовых качеств. Игра «Два лагеря»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
87.	17.05		15.20-16.50	2	Прямой нападающий удар. Развитие скоростно-силовых качеств	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
88.	22.05		16.10-17.40	2	Взаимодействие игроков задней линии между собой при приеме подачи, нападающих ударов.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
89.	23.05		15.20-16.50	2	Спортивная игра лапта, по упрощенным правилам	Соревнование	наблюдение	Спортивный зал
90.	24.05		15.20-16.50	2	Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: защиты игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
91.	29.05		16.10-17.40	2	Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
92.	30.05		15.20-16.50	2	Лапта, двухсторонняя игра	Соревнование	наблюдение	Спортивный зал
93.	31.05		15.20-16.50	2	Упражнения для развития силы и выносливости. Игра «Бой петухов»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
94.	05.06		16.10-17.40	2	Комплекс ОРУ с отягощением. Подвижные игры.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
95.	06.06		15.20-16.50	2	Система игры со второй передачи игроков передней линии.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
96.	07.06		15.20-16.50	2	Учебная игра.	Соревнование	наблюдение	Спортивный зал

						ание	ние	зал
97.	13.06		15.20-16.50	2	Подвижная игра «Удочка». Метание малого теннисного мяча в цель, на дальность.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
98.	14.06		15.20-16.50	2	Подготовительные игры: «Два мяча через сетку» с различными заданиями, эстафеты с перемещениями и передачами.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
99.	19.06		16.10-17.40	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
100.	20.06		15.20-16.50	2	Спортивная игра лапта.	Соревнование	наблюдение	Спортивный зал
101.	21.06		15.20-16.50	2	Прием мяча в 5,6,1 зонах. Нападающий удар из зон 4,2, 3. 1	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
102.	26.06		16.10-17.40	2	Выбор места на приеме нижней и верхней подачи. Учебная игра.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
103.	27.06		15.20-16.50	2	Контрольные испытания	Соревнование	тестирование	Спортивный зал
104.	28.06		15.20-16.50	2	Прыжки в длину с места. Передача мяча сверху двумя руками. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал

Календарный учебный график на 2018-2019 гг. 1 год обучения (СОГ 2)

№ п/п	Дата проведения занятия (по плану)	Дата проведения занятия (факт)	Время проведения занятия (по плану)	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля	Место проведения занятия
105.	10.10		17.50-19.20	2	ТБ на занятиях спортивными играми. <i>Вводное занятие.</i> Знакомство с группой.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
106.	11.10		17.00-18.30	2	Строевые упражнения. Подвижные игры «Вслед за мячом». «Вертушка», «Перетягивание в парах»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
107.	12.10		17.00-18.30	2	Разучивание передачи верхней и нижней. Игры «Эстафета у стены», «Удочка» Основатель игры. Родина спортивных игр	Учебное занятие. Беседа	наблюдение	Спортивный зал
108.	17.10		17.50-19.20	2	Имитация передач в парах Подвижные игры «Салки», «Перестрелка»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
109.	18.10		17.00-18.30	2	Прыжок в длину с места. Бег 30м. Подтягивание (вис). Пресс. Сведения о строении и функциях организма человека	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
110.	19.10		17.00-18.30	2	Разучивание нижней прямой подачи. Игра «Бег командами», «Разведчики и часовые»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
111.	24.10		17.50-19.20	2	Подвижные игры с элементами волейбола. «Два лагеря», «Попади в мяч»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
112.	25.10		17.00-18.30	2	Подвижные игры с элементами лапты «Круговая лапта», «Вольная лапта», «Школьная лапта».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
113.	26.10		17.00-18.30	2	Стойки и перемещения. Основная, низкая, ходьба, бег. Игры. Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
114.	31.10		17.50-19.20	2	Перемещения и стойки. Прием сверху двумя руками.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
115.	01.11		17.00-18.30	2	Игры для развития ловкости Два мяча через сетку», «Салки»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
116.	02.11		17.00-18.30	2	Стойки с перемещениями. «Бой петухов», «Эстафета с прыжками», «Бег раков»,	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
117.	07.11		17.50-19.20	2	Упражнения для развития прыгучести. «Бег командами», «Разведчики и часовые»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
118.	08.11		17.00-18.30	2	Совершенствование навыков выполнения строевых упражнений, ОРУ для мышц рук, плечевого пояса.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
119.	09.11		17.00 -18.30	2	Развитие скоростно-силовой выносливости. «Ловля парами», «Борьба за мяч»,	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал

120.	14.11		17.50-19.20	2	Совершенствование приема сверху двумя руками Прием мяча после отскока мяча от щита, от стены (расстояние 1-2 м).	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
121.	15.11		17.00-18.30	2	Совершенствование прием снизу двумя руками, бросков и ударов по мячу в лапте Правила игры	Учебное занятие, карточки	наблюдение	Спортивный зал
122.	16.11		17.00-18.30	2	Прием мяча сверху двумя руками с выпадом в сторону. Игра волейбол. Правила игры	Учебное занятие, карточки	наблюдение	Спортивный зал
123.	21.11		17.50-19.20	2	Групповые действия: взаимодействие при первой передачи игроков зон 3,4	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
124.	22.11		17.00 -18.30	2	Развитие скоростно-силовых качеств. «Бег раков», «Всадники»,	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
125.	23.11		17.00-18.30	2	Совершенствование стоек, перемещений волейболиста. «Охотники и утки», «Борьба за мяч»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
126.	28.11		17.50-19.20	2	Совершенствование стоек и перемещений при игре в лапту «Передай мяч», «Спиральбол».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
127.	29.11		17.00-18.30	2	Подводящие упражнения для приема и передач, подач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
128.	30.11		17.00-18.30	2	Прием снизу двумя руками. Прием наброшенного мяча партнером – на месте и защиты после перемещения, в парах, направляя мяч вперед вверх.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
129.	05.12		17.50 -19.20	2	Бег 30м. (6x5), прыжок в длину с места (см), прыжок в высоту с места толчком двух ног (см).	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
130.	06.12		17.00-18.30	2	Круговая тренировка на развитие силовых качеств.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
131.	07.12		17.00-18.30	2	Бег с остановками, изменением направления.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
132.	12.12		17.50-19.20	2	Правила игры. Размеры площадки и высота сетки. Взаимодействие игроков на площадке.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
133.	13.12		17.00 -18.30	2	Кувырок вперед, назад, в сторону. Развитие гибкости.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
134.	14.12		17.00-18.30	2	Бег вдоль границ площадки, выполняя различные упражнения.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
135.	19.12		17.50-19.20	2	Подводящие упражнения для приема и передач, подач	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал

						занятие	ние	зал
136.	20.12		17.00-18.30	2	Передачи мяча сверху двумя руками, над собой. Подачи мяча: нижняя прямая	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
137.	21.12		17.00 -18.30	2	Передачи мяча сверху двумя руками, над собой – на месте и после перемещения нападения различными способами.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
138.	26.12		17.50-19.20	2	Прием сверху нижней прямой подачи. Прием снизу.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
139.	27.12		17.00-18.30	2	Выбор места на приеме подачи, при приеме мяча. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
140.	28.12		17.00-18.30	2	Кувырок вперед, назад, в сторону. нападения движение кистью.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
141.	09.01.19		17.50-19.20	2	Освоение терминологии принятой в волейболе. Овладение командным голосом. Совершенствование передач у стенки	Учебное занятие, лекция	наблюдение	Спортивный зал
142.	10.01		17.00-18.30	2	Прыжки в высоту с прямого разбега. Баскетбол. Совершенствование передач в парах.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
143.	11.01		17.00-18.30	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
144.	16.01		17.50-19.20	2	Командные действия: система игры, со второй передачи игроков передней линии – прием подачи и первая передача в зону 3, вторая передача в зоны 4 и 2.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
145.	17.01		17.00-18.30	2	Подготовительные к волейболу игры: «Эстафета у стены», «Два мяча через сетку».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
146.	18.01		15.20-16.50	2	Нижняя прямая подача. Верхняя прямая подача. Передачи мяча.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
147.	23.01		17.50-19.20	2	Сведения о строении и функциях организма человека. Передачи в парах, нападающий удар, подача.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
148.	24.01		17.00-18.30	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
149.	25.01		17.00-18.30	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. «Эстафета с прыжками», игра «Перестрелка».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
150.	30.01		17.50-19.20	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
151.	31.01		17.00-18.30	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения.	Учебное	наблюдение	Спортивный

					Командные действия: расположение игроков при приеме подачи.	занятие	ние	зал
152.	01.02		17.00-18.30	2	Взаимодействие игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2. Прямой нападающий удар. Ритм разбега в три шага, ударное движение кистью.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
153.	06.02		17.50-19.20	2	Подача мяча. Передачи мяча. Основы истории развития спортивных игр в России, краткие исторические сведения о возникновении игры, год рождения и возникновения игры.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
154.	07.02		17.00-18.30	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
155.	08.02		17.00-18.30	2	Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. Подвижная игра «Два капитана».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
156.	13.02		17.50-19.20	2	Система игры со второй передачи игроком передней линии. Игры	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
157.	14.02		17.00-18.30	2	Выбор места игроком при страховке, при приеме с подачи.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
158.	15.02		17.00-18.30	2	Выбор способа защиты приема мяча от соперника – сверху или снизу.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
159.	20.02		17.50-19.20	2	Закрепление ранее изученных элементов, передачи, удары по мячу .	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
160.	21.02		17.00-18.30	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения. Первые шаги, спортивные игры у нас в стране.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
161.	22.02		17.00-18.30	2	Прыжок в длину с места. Передача мяча сверху двумя руками. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками. Контрольные испытания	Соревнование	тестирование	Спортивный зал
162.	27.02		17.50-19.20	2	Отбивание мяча кулаком. Верхняя прямая подача. Нападающий удар. 1 нападения	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
163.	28.02		17.00-18.30	2	Групповые действия игрока зоны 6 с игроками зон 5 и 1.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
164.	01.03		17.00-18.30	2	Встречная эстафета с мячом. ОРУ с отягощением. Бросок набивного мяча из положения сидя.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
165.	06.03		17.50-19.20	2	Разучивание разбега для нападающего удара. Развитие скоростно-силовых качеств.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
166.	07.03		17.00-18.30	2	Упражнения для развития навыков быстроты ответных действий, прыгучести	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
167.	13.03		17.50-19.20	2	Влияние физических упражнений на организм	Учебное	наблюдение	Спортивный

					занимающихся. Игра «Город – за городом»	занятие	ние	зал
168.	14.03		17.00-18.30	2	Учебная игра по правилам волейбола. Размеры площадки и высота сетки.	Соревнование, беседа	наблюдение	Спортивный зал
169.	15.03		17.00-18.30	2	Челночный бег с изменением направления 3X10, 5X9	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
170.	20.03		17.50-19.20	2	Прием подачи и первая передача в зону нападения.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
171.	21.03		17.00-18.30	2	Развитие общей выносливости. Подвижные игры. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
172.	22.03		17.00-18.30	2	Акробатические упражнения – группировки, перекаты в сторону, боком.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
173.	27.03		17.50-19.20	2	Падения. Техника защиты игра «Борьба за мяч». Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
174.	28.03		17.00-18.30	2	Подвижные игры «Скакуны», «Мяч ловцу». Прием сверху, снизу двумя руками.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
175.	29.03		17.00-18.30	2	Индивидуальные действия : вторая передача из зоны 3 на точность в зоны по заданию.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
176.	03.04		17.50-19.20	2	Передача мяча через сетку на «свободное место», на игрока слабо владеющего приемом мяча.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
177.	04.04		17.00-18.30	2	Индивидуальные действия: при страховке партнера, принимающего мяч с подачи, посланного передачей.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
178.	05.04		17.00-18.30	2	Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
179.	10.04		17.50-19.20	2	Прыжковая и силовая работа на развитие точных приемов и передач.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
180.	11.04		17.00-18.30	2	Гигиена, контроль и самоконтроль. Упражнения на развитие скоростной и силовой выносливости.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
181.	12.04		17.00-18.30	2	Взаимодействие игроков внутри линии (нападения и защиты) и между ними при приеме подачи, нападающего удара.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
182.	17.04		17.50-19.20	2	Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при 1 нападения первой передаче.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
183.	18.04		17.00-18.30	2	Индивидуальные действия: выбор способа приема мяча от соперника – сверху или снизу.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал

184.	19.04		17.00-18.30	2	Основы техники и тактики игры волейбол. Передачи верхние и нижние	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
185.	24.04		17.50-19.20	2	Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых качеств «Мяч ловцу»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
186.	25.04		17.00-18.30	2	Подачи: нижние - соревнования на точность попадания в зоны; верхняя прямая – подряд 10-15 попыток на количество.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
187.	26.04		17.00-18.30	2	Имитация нападающего удара и «обман»; имитация второй передачи и «обман» через сетку	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
188.	08.05		17.50-19.20	2	Прием мяча снизу. Стойки и перемещения. «Скакуны».	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
189.	15.05		17.50-19.20	2	Групповые действия: взаимодействие игроков зон 4 и 2 с игроком зоны 3 при нападения первой передаче, игрока зоны 3 с игроками зон 4 и 2 при второй передаче.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
190.	16.05		17.00-18.30	2	Прыжки в длину. Развитие скоростно-силовых качеств. Игра «Два лагеря»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
191.	17.05		17.00-18.30	2	Прямой нападающий удар. Развитие скоростно-силовых качеств	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
192.	22.05		17.50-19.20	2	Взаимодействие игроков задней линии между собой при приеме подачи, нападающих ударов.	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
193.	23.05		17.00-18.30	2	Спортивная игра лапта, по упрощенным правилам	Соревнование	наблюдение	Спортивный зал
194.	24.05		17.00-18.30	2	Групповые действия: взаимодействие игроков при приеме подачи и передачи: защиты игроков зон 1 и 5 с игроком зоны 6; игрока зоны 6 с игроками зон 5	Учебное занятие, беседа	наблюдение	Спортивный зал
195.	29.05		17.50-19.20	2	Метание малого мяча с места в стенку или щит в цель, на дальность.	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал
196.	30.05		17.00-18.30	2	Лапта, двухсторонняя игра	Соревнование	наблюдение	Спортивный зал
197.	31.05		17.00-18.30	2	Упражнения для развития силы и выносливости. Игра «Бой петухов»	Учебное занятие	наблюдение	Спортивный зал

Список литературы для педагога

1. *Выдрин В.М.* Теория физической культуры (Культурологический аспект): учеб. пособие // ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988.
2. *Ермолаев Ю.А.* Спортивная лапта. Правила игры. – М.: Экспериментальный центр «Игрофил», 1990.
3. *Выдрин В.М.* Теория физической культуры (Культурологический аспект): учеб. пособие // ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. – Л., 1988.
4. *Ермолаев Ю.А.* Спортивная лапта. Правила игры. – М.: Экспериментальный центр «Игрофил», 1990
5. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу» - Москва: Физкультура и спорт, 1974г
6. *Лепешкин В.А.* Лапта. Как сделать ее популярной // Физкультура в школе. –1993. – № 4.
7. Настольная книга учителя физической культуры // под ред. Л.Б. Кофмана; авт.-сост. Г.И. Погадаев. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
8. *Нумакова П.А., Мецгерянин И.А.* Спортивные и подвижные игры. – М.: Физкультура и спорт, 1970.
9. Основы спортивные игры. О. Чехов - Москва: Физкультура и спорт, 1976г
10. *Пономарев Н.И.* Социальные функции физической культуры и спорта. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
2. Правдин В.А. и др. Спортивные игры – игра для всех - Москва: Физкультура и спорт, 1966г
3. *Скотинцев А.Г.* Народные спортивные игры // Знание. –1990. – № 6.
4. Спортивные игры. Пер. с нем. Под общ. Ред. М. Фидлер – Москва: Физкультура и спорт, 1972г
5. Спортивные игры. Учебник для студентов №2114 «Физ. Воспитание» В.Д. Ковалева - Москва: Просвещение, 1988г
6. *Филин В.П.* Воспитание физических качеств юных спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
22. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Спортивные игры - Москва: Физкультура и спорт, 1983г
7. *Черемисин В.П., Ермолаев Ю.А.* Народные игры в системе воспитания детей и подростков: учеб.-метод. пособие. – МГАФК, 2004.

Список литературы для обучающихся

8. *Бейлин В.Р., Ярмолюк В.А.* Перекаты и кувырки // Физическая культура в школе. – 2000. – № 2
9. *Ватахметов Р.М. и др.* Народная игра – лапта: метод. пособие. Г. Уфа, 2003.
10. *Володченко В., Юмашев В.* Выходи играть во двор! – М.: Молодая гвардия, 1984.
11. *Ермолаев Ю.А., Ермолаева Ю.Ю., Винникова Е.Е., Счастливая О.Э.* Народные подвижные игры: учеб. пособие.– М., 1990.
12. Железняк Ю.Д. «120 уроков по волейболу» - Москва: Физкультура и спорт, 1974г
13. *Лепешкин В.А.* Лапта. Как сделать ее популярной // Физкультура в школе. –1993. – № 4.
14. *Лубышева Л.И.* Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути ее освоения обществом и личностью // Теория и практика физической культуры. –1997. – № 6.
15. Мондозолевский Г.Г. Щедрость урока - Москва: Физкультура и спорт, 1984г
16. Народная игра в системе воспитания детей и подростков: расширенное практ. пособие для специалистов физкультурно-оздоровительной, спортивной и туристской деятельности / Сост. В.П. Черемисин. – М., 1998.
17. Правдин В.А. и др. Спортивные игры – игра для всех - Москва: Физкультура и спорт, 1966г
18. *Скотинцев А.Г.* Народные спортивные игры // Знание. –1990. – № 6.
19. Спортивные игры. Пер. с нем. Под общ. Ред. М. Фидлер – Москва: Физкультура и спорт, 1972г

20. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Спортивные игры - Москва: Физкультура и спорт, 1983г
21. Черемисин В.П., Ермолаев Ю.А. Народные игры в системе воспитания детей и подростков: учеб.-метод. пособие. – МГАФК, 2004.
22. Щербакова И.Н. Упражнения со скакалкой. – М.: Советский спорт, 1991.