

Календарный учебный график
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Волейбол»
Базовый уровень
3 год обучения на 2024-25 учебный год, группа №1
Общее количество часов – 216 часов

№ п/п	Число	Время проведения	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	02.09.24	17.00-17.45	групповое	1	«Введение в программу. Государственная символика. Техника безопасности» Краткое содержание, цель и задачи программы. Техника безопасности. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом Государственная символика страны: флаг, герб, гимн.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
2.	02.09.24	17.55-18.40	групповое	1	«Введение в программу. Государственная символика. Техника безопасности» Краткое содержание, цель и задачи программы. Техника безопасности. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом Государственная символика страны: флаг, герб, гимн.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
3.	02.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Характеристика волейбола как средство физического воспитания молодежи. История возникновения волейбола.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
4.	04.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Характеристика волейбола как средство физического воспитания молодежи. История возникновения волейбола.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
5.	04.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
6.	04.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.

7.	09.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. Влияние физических упражнений на организм человека.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
8.	09.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. Влияние физических упражнений на организм человека.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
9.	09.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Самоконтроль спортсмена.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
10.	11.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Самоконтроль спортсмена.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
11.	11.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Способы закаливания организма	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
12.	11.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Способы закаливания организма	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
13.	16.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Тестирование.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
14.	16.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Тестирование.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
15.	16.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Основные понятия и правила игры в волейбол. Спортивная терминология.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
16.	18.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Основные понятия и правила игры в волейбол. Спортивная терминология.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
17.	18.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Методика судейства. Понятия о волевых качествах спортсмена.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
18.	18.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Методика судейства. Понятия о волевых качествах спортсмена.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
19.	23.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Управление своими действиями, телом, мыслями, переживаниями. Психологическая подготовка.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
20.	23.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Управление своими действиями, телом, мыслями, переживаниями. Психологическая подготовка.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
21.	23.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение

22.	25.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
23.	25.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Тестирование на знание правил игры.	Спорт.зал	Наблюдение.
24.	25.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Тестирование на знание правил игры.	Спорт.зал	Наблюдение.
25.	30.09.24	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития физических качеств.	Спорт.зал	Наблюдение.
26.	30.09.24	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития физических качеств.	Спорт.зал	Наблюдение.
27.	30.09.24	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
28.	02.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
29.	02.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
30.	02.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
31.	07.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
32.	07.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
33.	07.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
34.	09.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
35.	09.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
36.	09.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
37.	14.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
38.	14.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
39.	14.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
40.	16.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
41.	16.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение. Беседа.
42.	16.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение. Беседа.
43.	21.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для ног и туловища.	Спорт.зал	Наблюдение.
44.	21.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для ног и туловища.	Спорт.зал	Наблюдение.
45.	21.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для ног и туловища.	Спорт.зал	Наблюдение.

46.	23.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для ног и туловища.	Спорт.зал	Наблюдение.
47.	23.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития физических качеств.	Спорт.зал	Наблюдение.
48.	23.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития физических качеств.	Спорт.зал	Наблюдение.
49.	28.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития физических качеств	Спорт.зал	Наблюдение.
50.	28.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития физических качеств	Спорт.зал	Наблюдение.
51.	28.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
52.	30.10.24	17.00-17.45	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
53.	30.10.24	17.55-18.40	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
54.	30.10.24	18.50-19.35	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
55.	04.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
56.	04.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
57.	04.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
58.	06.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
59.	06.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
60.	06.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
61.	11.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
62.	11.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
63.	11.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
64.	13.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
65.	13.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
66.	13.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
67.	18.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
68.	18.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
69.	18.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
70.	20.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
71.	20.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
72.	20.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
73.	25.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
74.	25.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.

75.	25.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
76.	27.11.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
77.	27.11.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
78.	27.11.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
79.	02.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
80.	02.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
81.	02.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
82.	04.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
83.	04.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение. Беседа.
84.	04.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение. Беседа.
85.	09.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
86.	09.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
87.	09.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
88.	11.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
89.	11.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
90.	11.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
91.	16.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
92.	16.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
93.	16.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
94.	18.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
95.	18.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Промежуточный контроль.
96.	18.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Игра в защите.	Спорт.зал	Промежуточный контроль.
97.	23.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
98.	23.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
99.	23.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.

100.	25.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
101.	25.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
102.	25.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
103.	30.12.24	17.00-17.45	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
104.	30.12.24	17.55-18.40	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
105.	30.12.24	18.50-19.35	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
106.	13.01.25	17.00-17.45	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
107.	13.01.25	17.55-18.40	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
108.	13.01.25	18.50-19.35	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
109.	15.01.25	17.00-17.45	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
110.	15.01.25	17.55-18.40	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
111.	15.01.25	18.50-19.35	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
112.	20.01.25	17.00-17.45	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
113.	20.01.25	17.55-18.40	групповое	1	Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
114.	20.01.25	18.50-19.35	групповое	1	Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
115.	22.01.25	17.00-17.45	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
116.	22.01.25	17.55-18.40	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
117.	22.01.25	18.50-19.35	групповое	1	Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
118.	27.01.25	17.00-17.45	групповое	1	Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
119.	27.01.25	17.55-18.40	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
120.	27.01.25	18.50-19.35	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
121.	29.01.25	17.00-17.45	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
122.	29.01.25	17.55-18.40	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
123.	29.01.25	18.50-19.35	групповое	1	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
124.	03.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
125.	03.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
126.	03.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.

127.	05.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
128.	05.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
129.	05.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
130.	10.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
131.	10.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
132.	10.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
133.	12.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
134.	12.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
135.	12.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
136.	17.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
137.	17.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
138.	17.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
139.	19.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
140.	19.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
141.	19.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
142.	24.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
143.	24.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
144.	24.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
145.	26.02.25	17.00-17.45	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
146.	26.02.25	17.55-18.40	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
147.	26.02.25	18.50-19.35	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
148.	03.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
149.	03.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
150.	03.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.

151.	05.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
152.	05.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
153.	05.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
154.	10.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
155.	10.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
156.	10.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
157.	12.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
158.	12.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
159.	12.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
160.	17.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
161.	17.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для быстроты и прыгучести	Спорт.зал	Наблюдение.
162.	17.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для быстроты и прыгучести	Спорт.зал	Наблюдение.
163.	19.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для быстроты и прыгучести	Спорт.зал	Наблюдение.
164.	19.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для быстроты и прыгучести	Спорт.зал	Наблюдение.
165.	19.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
166.	24.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
167.	24.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
168.	24.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
169.	26.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
170.	26.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
171.	26.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
172.	31.03.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
173.	31.03.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
174.	31.03.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
175.	02.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
176.	02.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
177.	02.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Подвижные игры	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
178.	07.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Подвижные игры	Спорт.зал	Опрос.

							Наблюдение.
179.	07.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Подвижные игры	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
180.	07.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Подвижные игры	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
181.	09.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Подвижные игры	Спорт.зал	Наблюдение.
182.	09.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Подвижные игры	Спорт.зал	Наблюдение.
183.	09.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
184.	14.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
185.	14.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
186.	14.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
187.	16.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
188.	16.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
189.	16.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
190.	21.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
191.	21.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
192.	21.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
193.	23.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
194.	23.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
195.	23.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
196.	28.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
197.	28.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
198.	28.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.

199.	30.04.25	17.00-17.45	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
200.	30.04.25	17.55-18.40	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
201.	30.04.25	18.50-19.35	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
202.	05.05.25	17.00-17.45	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
203.	05.05.25	17.55-18.40	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
204.	05.05.25	18.50-19.35	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
205.	07.05.25	17.00-17.45	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
206.	07.05.25	17.55-18.40	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
207.	07.05.25	18.50-19.35	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
208.	12.05.25	17.00-17.45	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
209.	12.05.25	17.55-18.40	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
210.	12.05.25	18.50-19.35	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
211.	14.05.25	17.00-17.45	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение. Опрос.
212.	14.05.25	17.55-18.40	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
213.	14.05.25	18.50-19.35	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
214.	19.05.25	17.00-17.45	групповое	1	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
215.	19.05.25	17.55-18.40	групповое	1	Сдача контрольных переводных нормативов	Спорт.зал	Итоговый контроль.
216.	19.05.25	18.50-19.35	групповое	1	Сдача контрольных переводных нормативов	Спорт.зал	Итоговый контроль.

Календарный учебный график
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Волейбол»
Базовый уровень
3 год обучения на 2024-25 учебный год, группа №2
Общее количество часов – 216 часов

№ п/п	Число	Время проведения	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	03.09.24	17.55-19.35	групповое	2	«Введение в программу. Государственная символика. Техника безопасности» Краткое содержание, цель и задачи программы. Техника безопасности. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям волейболом Государственная символика страны: флаг, герб, гимн.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
2.	05.09.24	17.55-19.35	групповое	2	Характеристика волейбола как средство физического воспитания молодежи. История возникновения волейбола.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
3.	07.09.24	13.00-14.40	групповое	2	Развитие волейбола в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по волейболу в России и в мире.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
4.	10.09.24	17.55-19.35	групповое	2	Гигиена одежды и обуви при занятиях волейболом. Влияние физических упражнений на организм человека.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
5.	12.09.24	17.55-19.35	групповое	2	Самоконтроль спортсмена.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
6.	14.09.24	13.00-14.40	групповое	2	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Способы закаливания организма	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
7.	17.09.24	17.55-19.35	групповое	2	Тестирование.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
8.	19.09.24	17.55-19.35	групповое	2	Основные понятия и правила игры в волейбол. Спортивная терминология.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
9.	21.09.24	13.00-14.40	групповое	2	Методика судейства. Понятия о волевых качествах спортсмена.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.

10.	24.09.24	17.55-19.35	групповое	2	Управление своими действиями, телом, мыслями, переживаниями. Психологическая подготовка.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
11.	26.09.24	17.55-19.35	групповое	2	Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
12.	28.09.24	13.00-14.40	групповое	2	Тестирование на знание правил игры.	Спорт.зал	Наблюдение.
13.	01.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития физических качеств.	Спорт.зал	Наблюдение.
14.	03.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
15.	05.10.24	13.00-14.40	групповое	2	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
16.	08.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение
17.	10.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
18.	12.10.24	13.00-14.40	групповое	2	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
19.	15.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
20.	17.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
21.	19.10.24	13.00-14.40	групповое	2	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
22.	22.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для рук и плечевого пояса	Спорт.зал	Наблюдение.
23.	24.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для ног и туловища.	Спорт.зал	Наблюдение.
24.	26.10.24	13.00-14.40	групповое	2	Упражнения для ног и туловища.	Спорт.зал	Наблюдение.
25.	29.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития физических качеств.	Спорт.зал	Наблюдение.
26.	31.10.24	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития физических качеств.	Спорт.зал	Наблюдение.
27.	02.11.24	13.00-14.40	групповое	2	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
28.	05.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
29.	07.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
30.	09.11.24	13.00-14.40	групповое	2	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
31.	12.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
32.	14.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
33.	16.11.24	13.00-14.40	групповое	2	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
34.	19.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.

35.	21.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
36.	23.11.24	13.00-14.40	групповое	2	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
37.	26.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
38.	28.11.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
39.	30.11.24	13.00-14.40	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
40.	03.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
41.	05.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
42.	07.12.24	13.00-14.40	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
43.	10.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
44.	12.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в нападении.	Спорт.зал	Наблюдение.
45.	14.12.24	13.00-14.40	групповое	2	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
46.	17.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
47.	19.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
48.	21.12.24	13.00-14.40	групповое	2	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
49.	24.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Игра в защите.	Спорт.зал	Наблюдение.
50.	26.12.24	17.55-19.35	групповое	2	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
51.	28.12.24	13.00-14.40	групповое	2	Передачи мяча	Спорт.зал	Наблюдение.
52.	09.01.25	17.55-19.35	групповое	2	Подачи.	Спорт.зал	Наблюдение.
53.	11.01.25	13.00-14.40	групповое	2	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
54.	14.01.25	17.55-19.35	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
55.	16.01.25	17.55-19.35	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
56.	18.01.25	13.00-14.40	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
57.	21.01.25	17.55-19.35	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
58.	23.01.25	17.55-19.35	групповое	2	Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
59.	25.01.25	13.00-14.40	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
60.	28.01.25	17.55-19.35	групповое	2	Верхняя передача мяча в прыжке. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
61.	30.01.25	17.55-19.35	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
62.	01.02.25	13.00-14.40	групповое	2	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.

63.	04.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
64.	06.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
65.	08.02.25	13.00-14.40	групповое	2	Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
66.	11.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
67.	13.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
68.	15.02.25	13.00-14.40	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
69.	18.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
70.	20.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
71.	22.02.25	13.00-14.40	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
72.	25.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
73.	27.02.25	17.55-19.35	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
74.	01.03.25.	13.00-14.40	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
75.	04.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
76.	06.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
77.	11.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Игровые взаимодействия. Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
78.	13.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
79.	15.03.25	13.00-14.40	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
80.	18.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Одиночное блокирование. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
81.	20.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Групповые упражнения. Учебная игра.	Спорт.зал	Наблюдение.
82.	22.03.25	13.00-14.40	групповое	2	Упражнения для быстроты и прыгучести	Спорт.зал	Наблюдение.
83.	25.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для быстроты и прыгучести	Спорт.зал	Наблюдение.
84.	27.03.25	17.55-19.35	групповое	2	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
85.	29.03.25	13.00-14.40	групповое	2	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
86.	01.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Падения и перекаты. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
87.	03.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
88.	05.04.25	13.00-14.40	групповое	2	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.

89.	08.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития игровой ловкости. Игра	Спорт.зал	Наблюдение.
90.	10.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Подвижные игры	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
91.	12.04.25	13.00-14.40	групповое	2	Подвижные игры	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
92.	15.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Подвижные игры	Спорт.зал	Опрос. Наблюдение.
93.	17.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
94.	19.04.25	13.00-14.40	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
95.	22.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
96.	24.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
97.	26.04.25	13.00-14.40	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
98.	29.04.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
99.	03.05.25	13.00-14.40	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
100.	06.05.25	17.55-19.35	групповое	2	Упражнения для развития оптимальной выносливости. Игра. КН.	Спорт.зал	Наблюдение.
101.	10.05.25	13.00-14.40	групповое	2	Контрольные нормативы	Спорт.зал	Наблюдение.
102.	13.05.25	17.55-19.35	групповое	2	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
103.	17.05.25	17.55-19.35	групповое	2	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
104.	20.05.25	17.55-19.35	групповое	2	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
105.	22.05.25	17.55-19.35	групповое	2	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
106.	24.05.25	13.00-14.40	групповое	2	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
107.	27.05.25	17.55-19.35	групповое	2	Учебная игра	Спорт.зал	Наблюдение.
108.	29.05.25	17.55-19.35	групповое	2	Сдача контрольных переводных нормативов	Спорт.зал	Итоговый контроль.