



УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора MAOU СОШ № 10

№ 167-од от 28 июля 2022 г.

О. А. Просвирякова

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
дополнительной общеразвивающей программы «Волейбол»
на 2022-2023 учебный год

Принят педагогическим советом
Протокол № 14 от 20.07. 2022 г.

2022 год

Пояснительная записка

Учебный план разработан на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённого приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 28.06.2019 № МР-81/02вц «О направлении методических рекомендаций» вместе с «Методическими рекомендациями для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме»;
- Устава МАОУ СОШ № 10.

Календарный учебный график является частью дополнительной общеразвивающей программы, регламентирующей организацию и содержание образовательного процесса, определяет период обучения и отдыха обучающихся, зачисленных на программу.

Календарный учебный график

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий	Каникулы
01.09.2022	31.05.2023	34	68	очный/ в период действующих ограничений возможно обучение с использованием дистанционного обучения	предусмотрены перерыва в реализации программы в каникулярное время календарного учебного графика по программам НОО, ООО, СОО

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	09	02	17.00-17.40	Теоретическое	1	История волейбола. Инструктаж по Т.Б.	Спортивная площадка	
2	09	05	16.00-16.40	Теоретическое	1	Правила игры в волейбол.	Спортивная площадка	опрос
3	09	09	17.00-17.40	Теоретическое	1	Правила игры в волейбол.	Спортивная площадка	опрос
4	09	12	16.00-16.40	Практическое	1	Действие без мяча: имитация передачи мяча. Учебная игра.	Спортивная площадка	
5	09	16	17.00-17.40	Практическое	1	Действие без мяча: имитация передачи мяча. Учебная игра.	Спортивная площадка	
6	09	19	16.00-16.40	Практическое	1	Действия без мяча: имитация нападающего удара. Игра.	Спортивная площадка	
7	09	23	17.00-17.40	Практическое	1	Действия без мяча: имитация нападающего удара. Игра.	Спортивная площадка	
8	09	26	16.00-16.40	Теоретическое	1	Правила игры в волейбол.	Спортивная площадка	опрос
9	09	30	17.00-17.40	Теоретическое	1	Правила игры в волейбол.	Спортивная площадка	опрос
10	10	03	16.00-16.40	Практическое	1	Подача мяча: верхняя и нижняя, прямая. Учебная игра.	Спортивная площадка	

11	10	07	17.00-17.40	Практическое	1	Подача мяча: верхняя и нижняя, прямая. Учебная игра.	Спортивная площадка	
12	10	10	16.00-16.40	Практическое	1	Подача мяча: верхняя боковая. Учебная игра.	Спортивная площадка	
13	10	14	17.00-17.40	Практическое	1	Подача мяча: верхняя боковая. Учебная игра.	Спортивная площадка	
14	10	17	16.00-16.40	Теоретическое	1	Правила игры в волейбол.	Спортивный зал	
15	10	21	17.00-17.40	Теоретическое	1	Правила игры в волейбол.	Спортивный зал	опрос
16	10	24	16.00-16.40	Практическое	1	Передача мяча: сверху двумя руками с места. Учебная игра.	Спортивный зал	
17	11	11	17.00-17.40	Практическое	1	Передача мяча: сверху двумя руками с места. Учебная игра.	Спортивный зал	
18	11	14	16.00-16.40	Практическое	1	Передача мяча: в прыжке, после перемещения. Игра.	Спортивный зал	
19	11	18	17.00-17.40	Практическое	1	Передача мяча: в прыжке, после перемещения. Игра.	Спортивный зал	
20	11	21	16.00-16.40	Практическое	1	Передача мяча: из зоны в зону. Учебная игра.	Спортивный зал	
21	11	25	17.00-17.40	Практическое	1	Передача мяча: из зоны в зону. Учебная игра.	Спортивный зал	
22	11	28	16.00-16.40	Практическое	1	Передача мяча: из глубины площадки к сетке. Игра.	Спортивный зал	
23	12	02	17.00-17.40	Практическое	1	Передача мяча: из глубины площадки к сетке. Игра.	Спортивный зал	
24	12	05	16.00-16.40	Практическое	1	Передача мяча: стоя у сетки сверху двумя руками. Игра.	Спортивный зал	
25	12	09	17.00-17.40	Практическое	1	Передача мяча: стоя у сетки сверху двумя руками. Игра.	Спортивный зал	
26	12	12	16.00-16.40	Практическое	1	Передача мяча: стоя спиной в направлении передачи. Игра.	Спортивный зал	
27	12	16	17.00-17.40	Практическое	1	Передача мяча: стоя спиной в направлении передачи. Игра.	Спортивный зал	
28	12	19	16.00-16.40	Практическое	1	Передача мяча: сверху из глубины площадки. Учебная игра.	Спортивный зал	
29	12	23	17.00-17.40	Практическое	1	Передача мяча: сверху из глубины площадки. Учебная игра.	Спортивный зал	
30	12	26	16.00-16.40	Практическое	1	Прием мяча: на задней линии от нижней прямой и боковой подачи. Учебная игра.	Спортивный зал	
31	12	30	17.00-17.40	Практическое	1	Прием мяча: на задней линии от нижней прямой и боковой подачи. Учебная игра.	Спортивный зал	
32	01	09	16.00-16.40	Практическое	1	Прием мяча: нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения.	Спортивный зал	
33	01	13	17.00-17.40	Практическое	1	Прием мяча: нижней и верхней прямой подачи в зоне нападения.	Спортивный зал	
34	01	16	16.00-16.40	Практическое	1	Прием мяча: сверху двумя руками с падением в сторону на бедро и перекатом на спину. Учебная игра.	Спортивный зал	

35	01	20	17.00-17.40	Практическое	1	Прием мяча: сверху двумя руками с падением в сторону на бедро и перекатом на спину. Учебная игра.	Спортивный зал	
36	01	23	16.00-16.40	Практическое	1	Прием мяча: с низу двумя руками и одной рукой с падением в перед на руку и перекатом на грудь. Учебная игра.	Спортивный зал	
37	01	27	17.00-17.40	Практическое	1	Прием мяча: с низу двумя руками и одной рукой с падением в перед на руку и перекатом на грудь. Учебная игра.	Спортивный зал	
38	01	30	16.00-16.40	Практическое	1	Упражнения для развития скоростных качеств	Спортивный зал	
39	02	03	17.00-17.40	Практическое	1	Нападающий удар через сетку: по ходу из зоны 3,4 и 2. Игра.	Спортивный зал	
40	02	06	16.00-16.40	Практическое	1	Нападающий удар через сетку: в зонах 4 и 2 с передачей из глубины площадки. Учебная игра.	Спортивный зал	
41	02	10	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения на развитие выносливости.	Спортивный зал	
42	02	13	16.00-16.40	Практическое	1	Нападающий удар через сетку: из зоны 3 с высоких и средних передач. Учебная игра.	Спортивный зал	
43	02	17	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения на развитие силы.	Спортивный зал	
44	02	20	16.00-16.40	Практическое	1	Нападающий удар через сетку: с удаленных от сетки передач. Игра.	Спортивный зал	
45	02	24	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения для развития ловкости	Спортивный зал	
46	02	27	16.00-16.40	Практическое	1	Блокирование нападающих ударов: одиночные и групповые в зонах 4 и 2, выполненных с передачи из зоны 3. Учебная игра.	Спортивный зал	
47	03	03	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения для развития скоростных качеств	Спортивный зал	
48	03	06	16.00-16.40	Практическое	1	Блокирование нападающих ударов: по ходу, выполняемых из зон 4-3 и 2-3 в известном направлении. Учебная игра.	Спортивный зал	
49	03	10	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения на развитие выносливости.	Спортивный зал	
50	03	13	16.00-16.40	Практическое	1	Индивидуальные тактические действия: выбор и способ отбивания мяча через сетку. Учебная игра.	Спортивный зал	
51	03	17	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения на развитие силы	Спортивный зал	
52	03	20	16.00-16.40	Практическое	1	Передача сверху двумя руками, кулаком снизу. Учебная игра.	Спортивный зал	
53	04	03	16.00-16.40	Практическое	1	Упражнения для развития скоростных качеств	Спортивный зал	

54	04	07	17.00-17.40	Практическое	1	Выбор места для выполнения блокирования нападающего удара.	Спортивный зал	
55	04	10	16.00-16.40	Практическое	1	Упражнения на развитие выносливости.	Спортивный зал	
56	04	14	17.00-17.40	Практическое	1	Выбор места для выполнения нападающего удара. Игра.	Спортивный зал	
57	04	17	16.00-16.40	Практическое	1	Упражнения на развитие силы	Спортивный зал	
58	04	21	17.00-17.40	Практическое	1	Взаимодействие игроков передней линии в нападении. Игра.	Спортивная площадка	
59	04	24	16.00-16.40	Практическое	1	Упражнения для развития ловкости	Спортивная площадка	
60	04	28	17.00-17.40	Практическое	1	Взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении и при приеме подачи. Учебная игра.	Спортивная площадка	
61	05	05	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения для развития скоростных качеств	Спортивная площадка	
62	05	08	16.00-16.40	Практическое	1	Защитные действия игроков внутри линии при приеме подач. Игра.	Спортивная площадка	
63	05	12	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения на развитие выносливости.	Спортивная площадка	
64	05	15	16.00-16.40	Практическое	1	Нападающие действия игроков передней линии при второй передаче. Учебная игра.	Спортивная площадка	
65	05	19	17.00-17.40	Практическое	1	Упражнения на развитие силы	Спортивная площадка	
66	05	22	16.00-16.40	Практическое	1	Система игры в защите. Игра.	Спортивная площадка	
67	05	26	17.00-17.40	Практическое	1	Система игры в нападении. Игра.	Спортивная площадка	
68	05	29	16.00-16.40	Практическое	1	Система игры в комплексе. Игра.	Спортивная площадка	
Итого: 68 час.								

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022338

Владелец Просвирякова Ольга Анатольевна

Действителен с 19.04.2023 по 18.04.2024