


Утверждаю  
Директор сш № 5  
им. Ч.Т.Айтматова  
Ахмедова Д.И.  
« 01 » 09 2022-2023 уч.



**ПЛАН  
КРУЖКОВЫХ ЗАНЯТИЙ  
ПО ВОЛЕЙБОЛУ  
СШ № 5  
ИМ. Ч.Т.АЙТМАТОВА  
Учитель Халматова Ф.А.**



Утверждаю  
Директор сш № 5 им. Ч.Т.Айтматова  
Ахмедова Д.И.  
« 07 » 09 2022 г. уч.год.

**План кружковой работы по волейболу младшие группа.**

№	УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	ЧАСЫ	ЧИСЛО
1.	История волейбола и изучение правил волейбола.	5	6-8.09.2022
2.	Стойки Исходные положения	5	13-15.09.22
3.	Перемещение. Шаги, скачки, бег, падение	5	20-22.09.22
4.	Падение и перекаты на спине, падение в стороны	5	27-29.09.22
5.	Падение на бедро, падение с перекатом от груди.	5	4-6.10.22
6.	Прыжки и блокирование, удары.	5	11-12.10.22
7.	Подачи нижняя прямая подача	5	18-20.10.22
8.	Нижняя боковая подача	5	25-27.10.22
9.	Верхняя прямая подача	5	10-15.11.22
10.	Верхняя боковая подача	5	17-22.11.22
11.	Передачи. Верхняя передача	5	24-29.11.22
12.	Нижняя передача	5	1-6.12.22
13.	Нападающие удары	5	6-8.12.22
14.	Боковые нападающие удары	5	13-15.12.22
15.	Блокирование	2	20.12.22
16.	Тактика игры	2	22.12.22
17.	Тактика передаче	2	27.12.22
18.	Передача мяча на три касания	5	29.12.22
19.	Передача мяча на зоны 6-3-2	5	12-17.01.23
20.	Передача мяча из зоны 5-2-4	5	19-24.01.23
21.	Обманы	2	26.01.23
22.	Тактика защиты	2	7.02.23
23.	Блокирования	5	9-14.02.23
24.	Блокирование	5	17-21.02.23
25.	Прем мяча от подачи нападающие удары	5	25-28.02-23
26.	Короткие передачи и короткие удары через сетку	5	2-7.03.23
27.	Страховка	2	9-14.03.23
28.	Игра по правилам волейбола	5	16-21.03.23
29.	Двух сторонняя игра волейбола	5	23-28.03.23
30.	Подготовка к соревнованиям	5	30.03.23
31.	Обманы и блокирование.	2	4-6.04.23
32.	Передачи.	5	11-13.04.23
33.	Верхняя передача.	5	18-20.04.23
34.	Нижняя передача.	5	25-28.04.23
35.	Тактика игры.	2	2-4.05.23
36.	Тактика передачи.	5	9-11.05.23
37.	Передача мяча на три касания.	5	16-18.05.23
38.	Тактика защиты.	2	23-25.05.23
	Всего	163	