## Учебный план Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

## Летающий мяч

№	Наименование	Количество часов			Формы контроля/
$\Pi/\Pi$	раздела, темы	Всего	Теория	Практика	аттестации
1	<b>Тема 1. Вводное</b> занятие	4	2	2	Собеседование
2	Раздел 1. Основы				
	физической	10	6	4	Тестирование
	культуры				
3	Тема 1. Физическое				
	воспитание и	4	4	_	Собеседование
	развитие.				
4	Тема 2.	4	2	2	Викторина.
	Психологическая				
	культура.				
5	Тема 3. Приемы	2	-	2	Отработка приемов
	помощи при				помощи при травмах
	травмах.				
6	Раздел 2. Общая	18	-	18	Выполнение
	физическая				контрольных
	подготовка				нормативов по ОФП
7	Раздел 3.	82	2	80	Выполнение
	Специальная,				контрольных
	техническая				нормативов по
	подготовка и				СТТП
	тактическая				
	подготовка				
8	Тема 1. Теория	2	2	-	Устный опрос
	волейбола				
9	Тема 2. Техника	18	-	18	Показ видов
	перемещений				техники
					перемещений
10	Тема 3.	20	_	20	Испытания на
	Прием и передача				точность передачи
					мяча

	мяча снизу, сверху,				
	сбоку, через себя.				
11	<b>Тема 4.</b> Подача мяча нижняя прямая, боковая, верхняя, (прямая, планирующая,	8	-	8	Испытания на точность подачи мяча
12	силовая). <b>Тема 5.</b> Тактика и техника действий в защите и	30	_	30	Командные действия в защите и нападении
	нападении. Блокирование, нападающий удар.				
13	<b>Тема 6.</b> Тактика и техника в двусторонних играх	4	-	4	Испытания тактики и техники
14	Раздел 4. Игровая практика	28	-	28	Учебная игра
15	<b>Тема 1.</b> Игра в команде 6*6	24	-	24	Учебная игра 6*6
16	Тема 2. Соревнования. Правила соревнований.	4	-	4	Учебная игра 2*2, 3*3, 4*4
17	Итоговое занятие	2	-	2	Товарищеская встреча - соревнование
Всего:		144	10	134	