

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
детско-юношеская спортивная школа**

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете
протокол № _____
от _____ 202__ г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УВР
_____ М.В. Серко
_____ 202__ г.

УТВЕРЖДАЮ

директор МБУ ДО ДЮСШ
_____ С.В. Немченко
_____ 202__ г.

Изменения и дополнения в рабочую программу по волейболу

Этап: Т-1

Возраст детей: 12-15 лет

Срок реализации: 1 год

Тренер-преподаватель: Напрееенко Владимир Викторович

**Волгодонской район
п. Виноградный
2020 г.**

I. Пояснительная записка.

На основании приказа Отдела образования администрации Волгодонского района №136 от 06.04.2020г., в целях реализации Указа Презента Российской Федерации от 02.04.2020 №239 «О мерах по обеспечению санитарно эпидемического благополучия населения на территории Российской Федерации в связи распространением новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», в соответствии с распоряжением Губернатора Ростовской области от 16.03.2020 №43 «О введении режима повышенной готовности на территории Ростовской области и мерах по предотвращению распространения коронавирусной инфекции (COVID-19)», от 27.03.2020 №60 «О дополнительных мерах по предотвращению распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», от 05.04.2020 №74 «О внесении изменений в распоряжение Губернатора Ростовской области от 16.03.2020 №43 и признании, утратившими силу некоторых распоряжений Губернатора Ростовской области.

На основании приказа директора МБУ ДО ДЮСШ №33 «Об организации дополнительного образования обучающихся», в период с 06.04.2020 по 30.04.2020 обеспечить реализацию программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в соответствии. С Временным порядком сопровождения 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. Утвержденных приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.03.2020 №103. Разработать дистанционные проекты (конкурсы, квесты, акции и.т.п.) с обязательным анонсированием в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», официальном сайте образовательной организации для вовлечения в интерактивные формы занятий несовершеннолетних Волгодонского района в свободное время в период нахождения дома

Изменения в тематическом планировании с 6 апреля по 30 апреля направлены на дистанционную форму обучения. Обучающимся будут заданы домашние задания (теоретические задания) способствующие развитию и поддержанию интереса спортивной игре волейбол. Также по скайпу или телефону будут даны задания и рекомендации для поддержания физической формы. Упражнения направлены на общую физическую подготовку, развития прыгучести, развития гибкости. Специальные упражнения, с мячом позволяющие совершенствовать технику. Обучающимся рекомендовано использовать ресурсы Интернета для просмотра волейбольных матчей высокого уровня. Мировая лига, чемпионаты Европы, чемпионаты Мира, Олимпийские игры. Просмотр спортивных программ и передач. Посещение образовательного сайта Российское электронная школа, раздел физическая культура. Обучающиеся смогут по ссылке смотреть видео уроки волейбола. Обучающимся

рекомендовано снимать на видео фрагменты самостоятельных заданий и присылать их для просмотра тренеру-преподавателю.

Апрель 2020 г.

Содержание занятий	Дата занятия										
	7	9	10	14	16	17	21	23	14	28	30
I. Теория											
Тактические схемы игр	+	+	+	+							
II. Ссылка на видео уроки											
Волейбол видео урок. Командная игра «Хоккейный волейбол» Волейбол. Отработка группового блока	+	+	+								
Видео урок по волейболу. Отработка игровых взаимосвязей Упражнение для развития прыжка в волейболе					+	+	+				
Волейбол. Тренировка первого темпа								+	+		
Волейбол видео урок. Тренировка нижнего приема с движением Волейбол. Тренировка нападающего удара										+	+

Ссылки на просмотр видеоуроков

[Волейбол видео урок. Командная игра «Хоккейный волейбол»](#)

[Волейбол. Отработка группового блока](#)

[Видео урок по волейболу. Отработка игровых взаимосвязей](#)

[Упражнение для развития прыжка в волейболе](#)

[Волейбол. Тренировка первого темпа](#)

[Волейбол видео урок. Игровая тренировка](#)

[Волейбол видео урок. Тренировка нижнего приема с движением](#)

Волейбол. Тренировка нападающего удара

Упражнение для тренировки нападающего удара в волейболе

Волейбол видео урок тренировка нижнего приема

Тренировка разбега на нападение в 3 шага

Начальное упражнение для развития нижнего приема

Тренировка планирующей подачи

Тренировка верхней передачи и чувства дистанции

Тренировка связующего (распасовщика)

Тренировка блока

Упражнение на развитие точности передачи и координации

Тренировка приема и второй передачи

Упражнения для развития прыгучести

Защита в волейболе

Тренировка нападающего удара